

REPENSANDO HÁBITOS, BUSCANDO QUALIDADE DE VIDA

3º lugar

Autores: Maria Eduarda Cortez Mendes, Tayander Nunes Pinto e Ilis Ângela Wickboldt Manetti.

Instituição: E. M. E. F. e Ed. Inf. Vera Maria de Azevedo Moreira

Os índices de obesidade infantil têm aumentado muito em nosso país, o que nos leva a refletir sobre as causas deste problema, como a alimentação errada de nossas crianças, devido à rotina atribulada dos pais não dispendo tempo para ensinar hábitos saudáveis de alimentação e higiene para seus filhos. O projeto foi desenvolvido de maio a junho do corrente ano. O objetivo é contribuir para a promoção da saúde e para a prevenção da obesidade infantil e de outras doenças, conscientizar as crianças sobre a importância de uma alimentação saudável e nutritiva a partir de atividades lúdicas, como também incentivá-las a higiene bucal. “O trabalho foi desenvolvido de forma interdisciplinar e lúdica através das seguintes atividades: Leitura deleite “Balas, bombons e caramelos”- “Branca de Neve e os 7 anões”, “Delícias e gostosuras” e “ Viagens de um pãozinho”/ Reunião com os pais/Questionário pesquisa com os pais/Questionamentos prévios com a turma para análise do tópicos a serem trabalhados/Gráfico da fruta predileta/Gráfico comida preferida/Conhecimentos prévios sobre alimentação saudável/Filme “Peso pesado–Nosso Amiguinho”, Texto coletivo/Mural com rótulos: Alimentos saudáveis e não saudáveis/Confecção da Pirâmide alimentar com recortes de folhetos e embalagens/Desenho do Corpo Humano–Tamanho real/Explorar partes do corpo/Mural tipos de alimentos/Cálculo do IMC dos alunos/Montando o corpo humano e os órgãos de forma lúdica/Brincando com macacão do corpo humano/Confecção de livro de receitas saudáveis, troca de receitas entre as mães na sacola lúdica/Visita a padaria Municipal/Experiência do osso/Plantando e cultivando mudas para a horta/Desenho livre analisando o antes-depois de uma alimentação não saudável(desnutrição e obesidade)/Atividade prática de escovação e o uso do fio dental, atividades físicas/Inteiro-metade das frutas(cores)/Associação de letras iniciais aos rótulos dos alimentos/Visita a cozinha e conversa com a merendeira/brincando com o avental dos alimentos/Roleta dos alimentos/Brincando de mercado e selecionar os rótulos. O trabalho foi muito proveitoso, já se pode observar que os alunos mudaram alguns conceitos de higiene bucal e alimentação, incorporaram no seu dia a dia alimentos saudáveis, podemos observar que eles serão adultos conscientes de seus atos, será uma geração mais reflexiva sobre seus hábitos, priorizando a busca de qualidade de vida.

Palavras-chave: : Alimentação, Higiene, Saúde