



Quem planta colhe, em busca de uma alimentação saudável

Sandra Berro Maia¹ – EMEI CECILIA MEIRELES
 Andréa Berro Vernier² – UNIPAMPA
 Luciana Alfaro³ – EMEI CECILIA MEIRELES
 Rafael Roehrs⁴ – UNIPAMPA
 Silvana Henk⁵ – EMEI CECILIA MEIRELES

Eixo temático: Protagonismo responsável à vida

Resumo: Este é um relato de experiência com crianças de 5 e 6 anos de idade, que ao ouvirem uma história contada pela professora durante o período de adaptação, encantaram-se pela narrativa denominada: “O Sanduíche da Maricota”, que despertou curiosidade em saber mais sobre alimentação. A professora pensou em alternativas para aproximar às crianças de vivências com hábitos corretos de alimentação e ações sustentáveis, levou-os a pensar e refletir sobre alimentação na escola e sobre a construção de hábitos saudáveis para vida, como o cultivo de uma horta, e logo o interesse pelo plantio de sementes e cultivo de mudas cresceu substancialmente. O objetivo deste trabalho foi sensibilizar as crianças para a valorização da alimentação saudável para a vida e saúde. O sonho da horta foi tornando-se realidade, o trabalho se desenvolveu nas seguintes etapas: a turma escolheu o lugar para construir os canteiros, realizou passeio para comprar as sementes, efetuou o plantio das sementes em um viveiro de mudas, e posteriormente nos canteiros, os alunos colheram as hortaliças e levaram até a cozinha da escola, colaborando para uma mudança de hábitos alimentares, a experiência foi muito significativa, pois às crianças através da vivência construíram noções que levarão para toda a vida, além de transformar a cultura das famílias em relação a alimentação e saúde. Como conclusão da aplicação da atividade os alunos tiveram a oportunidade de exercitar o protagonismo infantil regando, cuidando e cultivando mudas, observando o crescimento, tanto das hortaliças quanto da conscientização sobre a importância da alimentação saudável.

Palavras-chave: Criança. Vivências. Sustentabilidade. Alimentação.

Introdução

O presente relato de experiência tem como tema: Quem planta colhe, em busca de uma alimentação saudável. O relato aborda uma experiência de ensino e aprendizagem de 21 crianças em idade entre cinco e seis anos, da escola municipal de educação infantil Cecília Meireles do município de Uruguaiana RS.

Através de uma hora do conto realizada pela educadora, durante o período de adaptação à escola, intitulada: “O sanduíche da Maricota” do autor Avelino Guedes, despertou o interesse e curiosidade neste grupo de crianças, sobre a alimentação saudável.

De maneira interdisciplinar, a professora atendeu aos interesses dos pequenos, e produziu um projeto de trabalho que foi desenvolvido durante o primeiro semestre letivo, entre os meses

¹ Professora. EMEI Cecília Meireles. E-mail: sberromaia@hotmail.com.

² Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da vida e Saúde da UNIPAMPA, campos Uruguaiana. E-mail: andréavernier@hotmail.com.

³ Coordenadora. EMEI Cecília Meireles. E-mail: lucaalfaro@outlook.com.

⁴ Líder do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa em Prática de Ensino (GIPPE), Professor da Universidade do Pampa, Campos Uruguaiana no Curso de Licenciatura em Ciências da Natureza e no Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da vida e Saúde da UNIPAMPA. E-mail: rafael.roehrs@unipampa.edu.br

⁵ Aluna Unopar. E-mail: silvana.hanke@outlook.com.

de fevereiro e julho de 2018, abrangendo as diferentes áreas do conhecimento, através do cultivo de uma horta na escola.

Esse relato traz o processo de construção e efetivação da proposta da horta e seus impactos no desenvolvimento individual de cada aluno, da turma e da comunidade escolar como um todo, através da conscientização e mudança de hábitos alimentares, perpassando pela sustentabilidade e despertar de uma consciência de cuidado com o meio. Como reitera a Base Nacional Comum Curricular (BNCC)

(...) direitos de aprendizagem e desenvolvimento asseguram, na Educação Infantil, as condições para que as crianças aprendam em situações nas quais possam desempenhar um papel ativo em ambientes que as convidem a vivenciar desafios e a sentirem-se provocadas a resolvê-los, nas quais possam construir significados sobre si, os outros e o mundo social e natural (BRASIL, 2017, p. 35).

O relato apresenta as etapas de desenvolvimento do projeto, bem como, atividades realizadas com o intuito de proporcionar vivências e sistematização de conhecimentos acerca do tema. Concordando com as Diretrizes curriculares nacionais para a Educação Infantil, que salientam a importância de “garantir e incentivar a curiosidade, a exploração, o encantamento, o questionamento, a indagação e o conhecimento das crianças em relação ao mundo físico e social, ao tempo e à natureza” (BRASIL, 2010, p. 25).

Não serão mencionados fatos individuais de cada aluno, mas as observações do processo apontado pelo protagonismo e desenvolvimento de aprendizagens significativas, fruto da ação e observação do fazer junto a natureza.

Desenvolvimento

O projeto foi realizado em uma escola de educação infantil, abrangeu uma turma de vinte e um alunos com idade entre cinco e seis anos, contou também com a colaboração da comunidade incentivando e motivando os alunos.

O projeto deu-se início através da apresentação de uma hora do conto realizada durante o período de adaptação, “O sanduíche da Maricota” do autor Avelino Guedes (2000), que despertou nos alunos a curiosidade e o interesse sobre a alimentação. Destaca-se que ao realizar as entrevistas com as famílias no começo do período letivo foi recorrente a preocupação em relação a alimentação saudável, “os alunos que não queriam comer para não crescer” (relato de pais).

Conhecer a realidade e o entorno social dos alunos é ponto de partida, como reitera Meneghetti (2014) “(...) formar o homem. Portanto, para formá-lo, é preciso conhecê-lo, sabê-lo. Mas este não é finalizado a si mesmo, é intrínseco ao social” sendo assim se faz necessário e de extrema importância, conhecer a história de vida de cada um, suas aspirações e anseios.

Através das entrevistas com as famílias e do diálogo com os alunos percebeu-se que os mesmos durante o almoço não comiam saladas, legumes, hortaliças, separavam no prato, sentiam repulsa ao cheirar os alimentos no refeitório, como os alunos têm uma jornada diária na escola de quatro horas, com uma rotina alimentar de café da manhã e almoço, se tratando de uma clientela carente, era de fundamental importância as refeições feitas no ambiente da escola.

O diagnóstico realizado através das entrevistas com as famílias apontou que dos alimentos consumidos pelos alunos no dia a dia, havia um consumo exagerado de produtos industrializados, foi feita rodas de conversa sobre o que é mais saudável, as professoras leram as informações dos rótulos, sobre conservantes e compostos aromatizantes utilizados na produção destes produtos, os alunos ficaram impressionados com a quantidade de elementos nocivos à saúde presente nos produtos industrializados.

Para a nossa surpresa um dos alunos chegou na escola com a novidade que havia visitados a feira livre que existe no bairro, motivado pela visita relatou sobre os produtos naturais vendidos na feira, realizamos uma roda de conversa sobre o assunto, levantou-se questionamentos sobre produtos orgânicos e inorgânicos, onde através de diálogos eles concluíram a importância de consumir produtos naturais.

Organizamos um passeio até a feira livre, onde os alunos demonstraram autonomia, falaram com os feirantes e realizaram inúmeras perguntas sobre o cultivo de produtos sem o uso de agrotóxicos, e sobre o processo de cultivo das hortaliças e verduras em uma horta.

Motivados pelo passeio os alunos tiveram o *insight* de construir uma horta na escola, aliada a essa ideia foi aos poucos se construindo a importância da alimentação saudável para o pleno desenvolvimento dos alunos.

Primeiramente realizaram um passeio pela escola com o objetivo de escolher um melhor lugar para realizar a horta, os alunos levantaram inúmeras hipóteses justificando a escolha do lugar, o que mais chamou atenção foi comentários feitos sobre a importância de a horta ficar perto de uma torneira, e em um lugar ensolarado, revelando que alguns alunos já haviam tido contato com horta, descobrimos que alguns avós cultivavam horta em casa. Portanto, “a criança evoluirá na maneira como foi concebida e amada, assumindo dentro de si mesma o superego caracterizado dentro dos próprios adultos” (MENEGETTI, 2014, p. 58).

A importância do contato com adultos referência é fundamental como ressalta Giordani (2014) “Os genitores não possuem a capacidade de determinar quem é esse ser, mas podem se tornar instrumentos funcionais para auxiliara vida a promover novos seres. O adulto de maior referência efetiva torna-se o categórico filtro de realidade programando o modo de percepção que a acriança possui de si e do mundo”. Sendo assim é necessário valoriza os saberes familiares para a construção de conhecimentos significativos ampliando o olhar e relacionando conceitos, aproximando o saber popular do saber científico.

O lugar escolhido pelos alunos apresentava todas as condições necessárias e ficava perto da sala de aula. Depois de escolhido o lugar os alunos ansiosos não viam a hora de começar o plantio, então primeiramente construiram os canteiros, com enxadas e pás de jardinagem eles mexeram na terra e misturaram a mesma com adubo orgânico natural, depois organizaram um passeio até uma agropecuária onde, os alunos juntamente com as professoras compraram sementes de salsa, cebolinha, cenoura e beterraba.

Os primeiros plantios de sementes foram feitos em garrafas recicláveis, aliando a o trabalho sobre alimentação saudável com a proteção do meio ambiente. Chamando atenção para o reaproveitamento de materiais recicláveis, e a conscientização de que não somos os

donos do meio no qual estamos inseridos, portanto devemos reutilizar bens recicláveis, esse é nosso dever como cidadãos do mundo.

A experiência de mexer na terra foi um momento único de prazer e satisfação, os alunos tocaram e sentiram a terra demonstrando realização em fazer a atividade de encher as garrafas de terra, que naquele momento se transformaram em sementeira (Imagem 1), praticamente berçários mágicos de sementes.

Imagem 1 - As crianças realizando o plantio nas sementeiras



Fonte - Produzida pelo autor

Dia após dia, regavam e conversavam com as sementes, relatavam sobre a importância de dar além de água, amor e afeto para as sementes. Como as sementes nas sementeiras demoram a germinar, os alunos sentiram a necessidade, pela própria urgência infantil, de obterem resultados a olhos vistos com a horta o mais breve possível. Então eles sugeriram que paralelo as sementeiras, comprássemos mudas de hortaliças, tais como alface de diferentes tipos e de couve manteiga.

As famílias foram contagiadas pela euforia dos alunos e trouxeram para a escola as mudas, o dia do plantio das mudas nos canteiros (Imagem 2, A e B), foi a vivência de outro momento fantástico, os alunos nomearam as mudinhas e identificaram qual hortaliça era, fizeram as covas, plantaram as mudas e observaram o espaçamento entre as mesmas, concretizando a interdisciplinaridade relacionando conhecimentos nas diversas áreas do conhecimento.

Imagem 2, A e B - As crianças realizando o plantio das mudas



Fonte - Produzida pelo autor.

Neste momento dava-se início a espera pela colheita, com autonomia os alunos organizavam a escala de cuidadores da horta, no primeiro horário da manhã os escalados iam até a horta regavam observavam as mudanças e arrancavam inços e plantas invasoras, para proteger as mudas. Sendo assim “deve-se estudar e trabalhar, porque é belo, proporciona prazer e dá satisfação total no interior de si mesmo: todo grande não pode ser feliz se não souber fazer felizes os outros” (MENEGETTI, 2015, p.11).

De volta a sala no momento da roda de conversa contavam para os colegas as mudanças ocorridas no ambiente trocando informações sobre o ontem e o hoje, observando a temporalidade e o passar do tempo de maneira cronológica.

O processo de contato com a terra e cuidado com as mudas proporcionou uma mudança de comportamento nos alunos, que se tornaram mais calmos, observadores e curiosos, cuidadosos com os detalhes e minúcias em todos os seus afazeres na escola e em casa, fato observado através de relatos dos pais. Neste momento percebemos que além de mudança de hábitos alimentares estávamos alcançando objetivos impensados no início do trabalho.

O envolvimento das famílias também é um fato marcante no processo de mudança de pensamento e até mesmo no panorama cultural em relação à alimentação saudável. Conforme Meneghetti (2014) as crianças são o reflexo do meio familiar, ou seja, dos adultos com quem interagem, portanto, para modificar as crianças é preciso modificar o meio familiar que interagem e educam as crianças.

Os alunos uma vez por semana convidavam as famílias para irem até a horta, e observar o crescimento das hortaliças, relatavam para as mesmas sobre o crescimento das folhas das couves e das alfaces, diferenciando as qualidades roxas, lisa e crespa.

Também organizaram a visita de outras turmas até o espaço da horta, com muito entusiasmo comentaram sobre os cuidados com a natureza, preservação do meio, e alimentação saudável. Acima de tudo o empoderamento em relação a autonomia e autoestima em mostrar o que foi feito com as próprias mãos, sendo assim temos o protagonismo responsável está relacionado diretamente como o próprio sujeito e com o outro, como reitera Meneghetti.

A responsabilidade primária refere-se à própria vida: primeiro, tenho que responder às exigências que constroem o meu valor como pessoa. Em primeiro lugar, há o dever de responder de modo excelente à provocação de construir a si mesmo. Protagonista responsável é, portanto, aquele que sabe na relação humana estabelecer a ordem de função para cultivar o crescimento das pessoas sem impedir a autonomia pessoal (FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGETTI, 2016, p. 22).

Os alunos realizaram, passados dois meses, o transplante das mudas das sementeiras, onde tiveram a oportunidade de tornarem-se mais protagonistas ainda, pois, as mudas agora transplantadas haviam sido sementes em suas mãos. Foi marcante observar o envolvimento emocional em que esta atividade foi realizada, os alunos se doaram nessa vivência, chegando ao ponto de falarem baixinho, e com as mãozinhas pequeninas pegavam as mudas como se fossem niná-las antes de plantar nos canteiros.

Passados alguns dias chegou o momento mais esperado, o da colheita (Imagem 3), os alunos juntamente com as professoras, foram até a horta no primeiro horário da manhã e

realizaram a colheita das folhas de couve, animados levaram os maços de couve até a cozinha da escola, onde entregaram para as merendeiras, os mesmos realizaram um breve relato sobre os benefícios dessa hortaliça tão boa para a saúde e solicitaram para que as merendeiras fizessem um guisadinho de couve para o almoço dos alunos.

Imagem 3 - Alunos realizando a colheita das hortaliças



Fonte - Produzida pelo autor.

Na hora do almoço (Imagem 4), os alunos demonstraram entusiasmo em provar e comer o alimento e em muitos momentos, paravam de comer e relatavam sobre o processo desde a plantação até o consumo do produto, tamanha era a satisfação, que dava para perceber o protagonismo em cada fala, esse momento foi uma explosão de memórias significativas, mostrando e reafirmando a importância do projeto na mudança de hábitos na construção de uma alimentação saudável.

Imagem 4 - Alunos almoçando no refeitório



Fonte - Produzida pelo autor.

Paralelo as ações ligadas diretamente ao espaço da horta foram realizadas outras ações as quais complementaram o trabalho em sala de aula.

A turma foi convidada para expor o trabalho na Feira Municipal do meio ambiente que aconteceu no dia doze de junho, o estande continha o material construído durante o projeto, o carrinho de temperos, fotos, banner.

Os alunos contaram sobre o processo de cultivo das sementes e mudas e o cuidado com a horta, bem como sobre as mudanças na alimentação escola com a inclusão das hortaliças na merenda escolar. Relataram sobre os temperos que dão sabor e aroma aos alimentos

Os alunos tiveram a oportunidade de contar, para a comunidade que visitou a feira, sobre o trabalho da horta na escola, e a mudança de hábitos alimentares que este projeto proporcionou.

Resultados

Ao analisar os resultados obtidos acerca do projeto desenvolvido, conclui-se que atingimos com êxito os objetivos propostos, que era sensibilizar as crianças para a valorização da alimentação saudável para a vida e saúde, os resultados foram observados de maneira direta e indireta, sendo que se percebeu as mudanças no comportamento dos alunos em relação a alimentação, bem como a valorização de hábitos alimentares saudáveis e de ações relacionadas ao cuidado com a natureza.

Percebeu-se que o comportamento dos alunos também mudou ao longo do trabalho, os alunos se tornaram mais calmos, desenvolveram suas potencialidades no que se refere a observação, atenção, concentração e memória.

O contato com a terra e a exploração do meio natural que o trabalho com a horta possibilitou aos alunos, bem como as famílias, levou-nos a atingir outros objetivos impensados no início do trabalho, pois com este estudo mudamos hábitos familiares e ajudamos a desenvolver uma consciência de sustentabilidade em todos os envolvidos.

Observou-se o envolvimento de toda a escola no trabalho, pois os alunos do turno inverso também ajudavam a cuidar o ambiente da horta, que passou a ser um espaço qualificado e de integração com a comunidade escolar como um todo.

Durante as atividades como passeios, apresentações e diálogos dirigidos sobre o projeto, foi possível observar o crescimento dos alunos em relação a questões interdisciplinares observando os campos de experiência, bem como, no que diz respeito a construção da autonomia e protagonismo infantil.

Destaca-se também o prazer pelo fazer com as próprias mãos, o trabalho que edifica e que constrói o significativo na vida e para a vida.

Considerações finais

Participar como mediador do processo de construção de hábitos saudáveis de alimentação é promover no ambiente escolar inquietações e mudanças, comprovando a importância do contato com a natureza e a experimentação, a observação e o registro de diferentes maneiras contribuindo assim para o desenvolvimento integral do aluno.

A implementação do projeto mudou a rotina da sala de aula, os alunos evidenciavam maior curiosidade através das observações diárias, e na maioria das vezes evitavam faltar a escola para não perder o crescimento das hortaliças na horta.

O trabalho com a horta promoveu uma ampliação do olhar relacionado a ciências, tornando o aluno parte do processo no momento em que ele constrói e espera pelo tempo da natureza atuando como observador e também como protagonista nesse processo.

As aprendizagens tecidas ao longo do projeto irão acompanhar os alunos para além dos espaços e tempos de convívio escolar, visto que estas provocaram mudanças no pensar e no agir, gerando novos olhares e perspectivas para eles e suas famílias, marcaram também o contexto escolar, o qual uma vez tendo construída a horta e percebido nela um rico espaço de interação e de desenvolvimento de habilidades, implementa esse espaço como mais um local de aprendizagem oferecido pela escola a sua comunidade.

Referências bibliográficas

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria da Educação Básica. Base nacional comum curricular. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <basenacionalcomum.mec.gov.br/wp-content/uploads/2018/02/bncc-20dez-cit.pdf>. Acesso 18/07/2018.

BRASIL. **Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil**. Brasília: MEC. SEB. 2010.

GONÇALVES, A. V. S.; GIORDANI, E. M. A pedagogia ontopsicológica na mediação nos processos de divórcio: como ficam os filhos? In: **Uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura**, p. 476-489, 2016.

GUEDES, A. **O sanduíche da Maricota**. Moderna, 2000.

FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. Posicionamento Institucional. **Anais II Cong. Int. Uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura**. Recanto Maestro: Fundação Antonio Meneghetti, 2016.

MENEGHETTI, A. **Pedagogia Ontopsicológica**. 3. ed. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2014.

_____. **Arte, sonho e sociedade**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2015.