

DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL: Aproveitamento Integral dos Alimentos.

Benedita de Sá Oliveira¹

Introdução

Este relato de experiência partiu de uma pesquisa que foi realizada na Escola Estadual Jorge Amado. O objetivo deste trabalho foi desenvolver um projeto partindo de uma conversa com os estudantes do 4º ano A. Buscou-se, portanto, compreender o valor nutricional dos alimentos, bem como, as ações que contribuem com o desenvolvimento sustentável para conscientização dos estudantes com relação à reciclagem dos alimentos, além de contribuir e refletir quanto aos desperdícios e promover o conhecimento sobre a importância dos alimentos alternativos. Os estudantes tiveram a oportunidade de pesquisar e conhecer vários tipos de alimentos saudáveis. Além disso, puderam experimentar na prática, com as aulas experimentais receitas feitas pelos próprios, o que contribuiu para um aprendizado significativo.

Desenvolvimento

Este projeto teve grande importância para os estudantes e para mim, quanta professora, pois tive a oportunidade de ensinar e aprender com meus estudantes. Ou seja, tiveram o momento de serem protagonistas ao experimentarem, na prática, receitas com o reaproveitamento de alimentos. Além de adquirirem conhecimentos, os quais os promoveram aprendizagem significativa.

Neste contexto, assevera Isaac Newton (GLOBO CIÊNCIA, 2011) que “na natureza nada se perde tudo se transforma”, dado a esse fato, pensamos na importância dos benefícios para a saúde e, também, o desenvolvimento sustentável que pode contribuir na renda familiar e com uma alimentação saudável. Portanto, sensibilizar os alunos sobre a importância do aproveitamento integral dos alimentos, com a finalidade de evitar desperdícios e utilizar receitas reaproveitando as cascas, talos, sementes e

¹ Professora Licenciada em pedagogia pela Universidade UBRA – Paraná. Pós-graduada em Alfabetização e Letramento pela PRÓ-MINAS; atualmente vinculada à Escola Estadual Professora Edeli Mantovani, Sinop/MT, – E-mail: benedita.sa@hotmail.com.

orientar as famílias, como também, a sociedades sobre os alimentos que são riquíssimos em proteínas.

No início foi apresentado aos estudantes sobre projeto da feira de Ciências e a ideia sobre o que iríamos pesquisar. Houve uma interação a qual tiveram a oportunidade de agregar ideias de acordo com suas vivências para a construção de nosso projeto.

A ideia de aproveitamento integral dos alimentos que está intimamente ligada a saúde das pessoas e ao meio ambiente, além da qualidade nutricional e a aceitabilidade das preparações dos alimentos fizeram-se presente em nossas aulas e trabalhos de pesquisa.

Neste contexto, no primeiro momento, fizemos a distribuição das equipes, cada grupo ficou responsável por pesquisar receitas que possibilitassem utilizar o aproveitamento total dos alimentos, além de pesquisarem os benefícios para a saúde.

Como assevera Botelho (2007 p. 525) que “desenvolver um ambiente de aprendizagem completo para estudantes em determinada disciplina ou do curso é provavelmente a parte mais criativa de ensinar”.

Neste contexto, as receitas de pratos diferenciados de doces, salgados e sucos com aproveitamentos das cascas dos alimentos, que iriam ser jogados fora e que poderiam ser utilizados nos preparos de alimentos deliciosos, foram um dos elementos principais de nossa pesquisa.

A coleta de dados foi conduzida por meio de situação de entrevistas narrativas com as merendeiras da cozinha da Escola Estadual Jorge Amado. Os questionamentos que foram fundamentais para nosso trabalho se deu de forma a deixá-las serem ouvidas, valorizando também, suas experiências. Neste sentido, não foi levado em consideração um roteiro de perguntas, mas partindo de um questionamento, os estudantes puderam levantar dados e esclarecer a importância de seu projeto para a escola. Ou seja, a pergunta que motivou observar a narrativa das merendeiras foi:

“Vocês trabalham com o aproveitamento integral dos alimentos, no preparo da merenda escolar?”

Os estudantes também tiveram a ideia de estender o questionamento a alguns professores. Neste sentido, eles disseram que tinham conhecimento, mas que nunca haviam feito nenhuma receita com reaproveitamento integral dos alimentos, mas achavam muito importante e, que poderia ajudar na mesa de muitas pessoas que lhes faltam conhecimentos a respeito do assunto.

Os alunos puderam, além de aprender a pesquisar, desenvolveram a capacidade oral. Pois deram suas contribuições ao explicar para os entrevistados que eles poderiam, com o preparo dos alimentos integral, ajudar em tudo, na saúde, condições financeiras dos familiares contribuindo com a renda de muitas famílias.

Portanto, assim os estudantes pesquisavam, traziam receitas para a sala de aula. Para realizarmos as receitas colocando em prática suas pesquisas foi montado na sala de aula uma minicozinha onde preparávamos as receitas. O trabalho foi árduo, pois tive que levar todos os eletrodomésticos para o preparo das receitas. Todos os dias, preparavam pratos variados e sucos juntamente com a minha orientação.

No entanto, antes dessa etapa, os estudantes foram conscientizados, principalmente, que a cozinha pode ser um ambiente perigoso se não tomarmos os devidos cuidados.

Neste sentido, a primeira receita feita foi um bolo com cascas de banana, amendoim e outros ingredientes necessários para o preparo. Foi assado no forno micro-ondas a primeira experiência, mas não obtivemos sucesso, pois não ficou tão bom como esperávamos, mas percebi o quanto os alunos ficaram comovidos, felizes e motivados, eles eram os protagonistas daquele cenário.

Este trabalho pôde ser realizado interdisciplinarmente, pois sempre orientados quanto aos cuidados com higienização; mesmo não tendo um lugar específico e adequado; pois todas as receitas foram realizadas em sala de aula.

Outro fator motivador para os estudantes as visitas das outras turmas para a degustação das receitas feitas em sala, além de alguns funcionários da instituição que os incentivavam com elogios, esses foram fatores decisórios para o sucesso de nosso trabalho.

Dentre vários pratos, foram feitos farofa, torta salgada, torta doce e sucos, todos com o reaproveitamento das cascas de frutas, legumes e verduras. Os ingredientes foram pesquisados e os estudantes tiveram a oportunidade de entender os benefícios das proteínas que compõem nas cascas, talos e caroços dos alimentos podem ajudar na saúde das pessoas.

Na segunda receita que foi uma torta de pão e vários legumes utilizando as cascas e talos e para acompanhar nosso lanche, fizemos suco utilizando o talo da couve, suco de limão e sementes de maracujá, foi uma experiência boa, pois não podemos deixar de expor aqui que, os estudantes eram quem preparavam as receitas sempre sendo valorizado o protagonismo deles. Foram divididas as tarefas, uns cortavam os alimentos, pesavam as

porções de acordo com as receitas, outros amassavam, uma equipe ficou encarregado no preparo do suco alternativo.

Todos os dias tinha um estudante diferente que ficava encarregado de registrar no caderno de campo com fotos, data e assinatura dos colaboradores, além de uma equipe responsável para pesagem dos ingredientes. Eles utilizavam a pesagem a capacidade das medidas para cada receita, foram elaboradas atividades interdisciplinares entre todas as disciplinas. (Ciências; Geografia, Matemática; história, Artes, Português, Educação Física)

Neste contexto, foram trabalhados os conteúdos resolução de situações problema, como: gráficos, tabela, numerais entre outros. Na disciplina de língua portuguesa foi trabalhado produção e interpretação de textos, gramática, ortografia, sinais de pontuações. Na disciplina de geografia eles fizeram uma pesquisa para descobrir a origem de cada alimento.

Chegado o dia da feira de ciências, eles puderam apresentar seus registros e explicarem para os visitantes que foram convidados a vir à escola para ver os trabalhos expostos. Ou seja, eles tiveram a oportunidade de elucidar todo o processo, o passo a passo de como desenvolveram o projeto, além de esclarecer aos convidados sobre a importância dos nutrientes, os benefícios das frutas e dos legumes para ter uma alimentação saudável.

Neste contexto, o projeto foi exposto em banner, além de apresentar o caderno de campo, eles também, expôs o fanzine construído com registros de fotos e pesquisas realizadas para colocar em prática o projeto, ademais, foi feito as lembrancinhas no modelo de um livreto contendo todas as receitas desenvolvidas nas aulas práticas.

Os estudantes foram avaliados por uma equipe responsável na instituição escolar, ficando em segundo lugar, o que os promoveram expor seus trabalhos na Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT, o que lhes promoveram o primeiro lugar kids.

Considerações

O processo de avaliação formativo fez-se presente em toda as atividades, por meio de reflexões diárias. A progressão continuada possibilitou avaliar os estudantes ao longo de todos os trabalhos contemplados no projeto. O trabalho desenvolvido estimulou, também, a participação de todos os colaboradores no processo. Pois sob a ótica das aprendizagens significativas os estudantes puderam se desenvolverem. Percebemos que

o lúdico nas atividades realizadas, nos momentos das aulas práticas, favoreceu explorar um novo ambiente de forma descontraída e que despertou o interesse e a curiosidade das crianças. Portanto, os resultados foram favoráveis, pois pude perceber que a prática pedagógica se constrói na relação entre professor e aluno e aluno/aluno. Neste sentido, essa pesquisa possibilitou trabalhar a formação social dos estudantes e o protagonismo do professor.

Referências Bibliográficas

BRASIL, Ministério da Educação. Lei 9394/96. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. 1996.

APÊNDICE A. **Construir um Ambiente de Aprendizagem Eficaz**. TRADUÇÃO: VASCO LOPES. Educar na era Digital. Disponível em: <<file:///C:/Users/USER/Downloads/EED-ref-ind-apend.pdf>> Acesso em: 10 de jul. 2019.

CIÊNCIA, Globo. **Isaac Newton: Físico Revolucionou Conhecimento Sobre Leis da Natureza Descobertas do Físico Inglês foram utilizadas mais tarde por Albert Einstein**. Disponível em: <<http://redeglobo.globo.com/globociencia/noticia/2011/12/isaac-newton-fisico-revolucionou-conhecimento-sobre-leis-da-natureza.html>> Acesso em: 10 de jul. de 2019.

KISHIMOTO, Tizuko Morchida. **O jogo e a Educação Infantil**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2003.

VYGOTSKY, Lev Semenovitch. O papel do brinquedo no desenvolvimento, In: **A formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes. 1991.