

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL
CENTRO DE TECNOLOGIA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: SENSIBILIZAÇÃO DA
COMUNIDADE DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO
FUNDAMENTAL BRASIL – QUARAÍ/RS**

MONOGRAFIA DE ESPECIALIZAÇÃO

Silvia Zavareze dos Santos

**Quaraí, RS, Brasil
2015**

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: SENSIBILIZAÇÃO DA
COMUNIDADE DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO
FUNDAMENTAL BRASIL – QUARAÍ/RS**

Por

Silvia Zavareze dos Santos

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Educação Ambiental da
Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para
obtenção do grau de
Especialista em Educação Ambiental.

Orientador: Prof^ª. Ísis Samara Ruschel Pasquali

**Quaraí, RS, Brasil
2015**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL
CENTRO DE TECNOLOGIA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

A Comissão Examinadora, abaixo assinada,
aprova a Monografia de Especialização.

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: SENSIBILIZAÇÃO DA
COMUNIDADE DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO
FUNDAMENTAL BRASIL – QUARAÍ/RS**

Elaborada por
Silvia Zavareze dos Santos

Como requisito parcial para a obtenção do grau de
Especialista em Educação Ambiental

COMISSÃO EXAMINADORA:

Ísis Samara Ruschel Pasquali, Dra.
Presidente/Orientador

Damaris Kirsch Pinheiro, Dra. (UFSM)

Paulo Romeu Moreira Machado, Dr. (UFSM)

Quaraí, RS, 09 de janeiro de 2015.

Dedico a todas as pessoas que de uma maneira ou de outra me auxiliaram a realizar este sonho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço,

A Deus, sempre, pela coragem, determinação e força para vencer todos os obstáculos que a mim foi imposto durante toda esta trajetória.

Ao meu marido e filha pela paciência e diversas caronas para concretizar meu sonho.

A todas as pessoas que influenciaram, ajudaram e acreditaram na minha capacidade para realizar tal projeto.

Aos administradores do Curso e Pólo de Quaraí pela persistência para a realização deste Curso.

Aos alunos, professores e direção da Escola Brasil por proporcionar espaço para desenvolver este projeto.

Aos produtores rurais: Seu Osvaldo, Marcio, Dona Cléia e Seu Florisvaldo pela paciência em explicar para os alunos e disponibilidade de nos receber em suas propriedades com todo carinho e alegria com que fomos recebidos.

Muito Obrigada!

“A importância do resgate do instinto biofílico nos jovens, contribui para a busca do caminho de volta ao meio natural. Através do estímulo a ações coletivas para a preservação e promoção de um ambiente saudável e da formação de comportamentos, hábitos e atitudes.”

Lutz, 2013

RESUMO

Monografia de Especialização
Curso de Especialização em Educação Ambiental
Universidade Federal de Santa Maria
Universidade Aberta do Brasil

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: SENSIBILIZAÇÃO DA COMUNIDADE DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO FUNDAMENTAL BRASIL – QUARAÍ/RS

AUTOR: SILVIA ZAVAREZE DOS SANTOS
ORIENTADOR: PROF^a DR^a ÍSIS SAMARA RUSCHEL PASQUALI.
Local e data da defesa: Quaraí, 09 de Janeiro de 2015.

Na escola a alimentação se encontra diretamente relacionada ao ensino/aprendizagem. Mas nos tempos de hoje, onde a obesidade infantil e o diabetes assombram pais e profissionais da saúde, doenças estas decorrentes da ingestão de alimentos industriais, uma alimentação saudável é imprescindível no que diz respeito à produtividade escolar e à saúde, pois um corpo saudável faz com que o cérebro se desenvolva significativamente para responder a todos os estímulos a ele oferecidos no decorrer de sua vida. Muitos alunos por causa da desnutrição ou má alimentação podem ter problemas de déficit de atenção, irritabilidade, anemia que causa o desânimo na realização das atividades escolares, cabendo aos profissionais da educação identificar e buscar a solução para tais problemas. O intuito deste trabalho foi de sensibilizar a comunidade escolar da importância do comer bem, visando à saúde do corpo e da mente, tendo o conhecimento da qualidade de um produto orgânico e de sua influência no bem viver de uma pessoa. O presente trabalho se baseia em fazer saber como os produtos orgânicos são produzidos e da importância do trabalho realizado pelo homem do campo enfocando sempre a melhoria da qualidade de vida do grupo escolar. Entendendo que a Alimentação Saudável deve ser trabalhada com destaque na escola, devido ao fato de ali se perceber as principais dificuldades e necessidades dos alunos se utilizou a Educação Ambiental como instrumento de aquisição de saberes. Aos alunos foi mostrado através de vídeos e palestra ilustrativa, bem como visita a produtores de orgânicos e construção de uma horta suspensa em pneus o conhecimento de que uma alimentação saudável e equilibrada é de extrema relevância na vida jovem e adulta do ser humano, foi destacado os riscos de uma má alimentação, assim como a importância desse conhecimento ser transmitido a outros.

Palavras - Chave: Ações Ambientais. Educação Ambiental. Produtos Orgânicos.

ABSTRACT

Monografia de Especialização
Curso de Especialização em Educação Ambiental
Universidade Federal de Santa Maria
Universidade Aberta do Brasil

HEALTHY EATING: AWARENESS OF COMMUNITY EDUCATION STATE SCHOOL FUNDAMENTAL BRAZIL - QUARAÍ/RS

AUTHOR: SILVIA ZAVAREZE DOS SANTOS
SUPERVISOR: Prof. Dr. ÍSIS SAMARA RUSCHEL PASQUALI.
Place and date defense: Quaraí, 09 of January 2015.

At school the power is directly related to teaching / learning. But in today's times, where childhood obesity and diabetes haunt parents and health professionals, these diseases from ingesting industrial food, healthy eating is essential with regard to school productivity and health, because a healthy body makes the brain is significantly develop to respond to all stimuli offered to him throughout his life. Many students because of malnutrition or poor diet can have attention deficit problems, irritability, anemia that causes discouragement in the conduct of school activities, leaving education professionals identify and seek solutions to such problems. The purpose of this study was to sensitize the school community of the importance of eating well, aiming at the health of body and mind, and the knowledge of the quality of an organic product and its influence on the good life of a person. This work is based in conveying how organic products are produced and the importance of the work done by the peasant always focusing on improving the quality of life school group. Considering that the Healthy Eating should be crafted especially at school, due to the fact there perceive the main difficulties and needs of the students used the Environmental Education as knowledge acquisition tool. Students were shown through videos and illustrated talk and visit to organic producers and construction of a garden suspended in tires the knowledge that a healthy and balanced diet is extremely important in young adult life of the human being, was highlighted the risks of a poor diet, and the importance of this knowledge be transmitted to others.

Key- Words: Environmental Actions. Environmental Education. Organic Products.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Alunos em visita às estufas de hortaliças orgânicas.	24
Figura 2 - Alunos tendo a devida explicação de como são plantados as hortaliças	25
Figura 3 - Local de visitação nas Sesmarias dos Vasconcelos e seus proprietários	26
Figura 4 - Discussão sobre as visitas feitas com o restante do grupo escolar.	26
Figura 5 - Vídeo apresentado da novela Chiquitas onde uma nutricionista explica a importância da alimentação saudável na infância e adolescência.....	27
Figura 6 - Alunos nos ensaios para a apresentação do Teatro de Fantoques.....	28
Figura 7 - Apresentação da Peça Teatral “O DOCE”.	28
Figura 8 - Preparação dos pneus para o plantio, pintura com tinta plástica pelos alunos maiores.....	29
Figura 9 - Explicação de como preparar os pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoar, para o plantio da horta.....	30
Figura 10 - Preparação pelos alunos dos pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoar, para o plantio da horta.....	30
Figura 11 - Preparação pelos alunos dos pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoar, para o plantio da horta.....	31
Figura 12 - Pneu pronto para colocar a terra.	31
Figura 13 - Alunos providenciando a terra para levar até os pneus.	32
Figura 14 - A colocação da terra pelos alunos.	32
Figura 15 - Alunos plantando cebolinhas da espécie de todo ano.....	33
Figura 16 - Orientação da pesquisadora como distribuir os pneus e de como colocar a parte cortada do pneu no fundo do mesmo.	33
Figura 17 - Orientação da pesquisadora como distribuir os pneus e de como colocar a parte cortada do pneu no fundo do mesmo.	34
Figura 18 - Alunos distribuindo a terra nos pneus devidamente colocados com a ajuda de uma funcionária da escola.....	34
Figura 19 - Alunos distribuindo a terra nos pneus devidamente colocados.	35
Figura 20 - Alunos desmanchando os torrões e regulando a terra.	35
Figura 21 - Alunos sendo orientados pela pesquisadora de como realizar o plantio.....	36
Figura 22 - Alunas realizando o plantio.....	36
Figura 23 - Alunos realizando o plantio.....	37
Figura 24 - Pneus distribuídos e plantados formando o adorno no terreno que formará o jardim.	37
Figura 25 - Bancos confeccionados com material reciclado.....	38
Figura 26 - Bancos confeccionados com material reciclado.....	38

Figura 27 - Alunos reunidos após as visitas para troca de conhecimentos.	40
Figura 28 - Pesquisadora explanando sobre a importância da alimentação saudável.	40
Figura 29 - Pesquisadora explicando sobre a flor da laranjeira, sua função desempenhada na planta.	42
Figura 30 - Alunos visitando a criação de peixes da propriedade.	43

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1.1 Objetivos.....	13
1.1.1 Objetivo Geral	13
1.1.2 Objetivos Específicos	13
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
2.1 A importância de uma alimentação saudável desde a infância	14
2.2 Conhecendo e valorando o agricultor familiar e sua produção	16
2.2.1 Produção Orgânica	18
2.3 A escola como espaço formador	19
2.4 Ações de educação ambiental em auxílio ao papel da escola.....	21
3 METODOLOGIA	23
3.1 Caracterização da Pesquisa/local	23
3.2 Público Alvo	23
3.3 Atividades desenvolvidas na escola	24
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	39
4.1 Orientação sobre a importância dos alimentos orgânicos	39
4.2 Visita a produtores familiares	41
4.3 Discussões na escola sobre a importância do comer bem	41
4.4 Teatro como ferramenta de educação ambiental	42
4.5 Oficinas de montagem e plantio de horta e jardim em pneus	42
CONCLUSÃO	46
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	47

INTRODUÇÃO

Desde o surgimento do homem na história mundial ele tira da terra o seu sustento, isto fez com que ele aprendesse a manuseá-la, a prepará-la para o cultivo, a ter uma relação homem-natureza, pois sabe que dela depende sua sobrevivência. No entanto, muitos já perderam esta relação, para muitos o solo aonde o seu alimento é produzido nada mais é do que terra, porque atualmente em sua vida moderna não há mais tempo para tal relação. Hoje em dia as crianças e adolescentes, e até mesmo os adultos, no ambiente externo à escola normalmente estão em frente a vídeo games, computadores, celulares ou televisores, não tendo mais o contato com o meio ambiente, e até mesmo, com outros seres de sua espécie, não há tempo para isso.

A vida agitada está fazendo com que o homem perca suas raízes, fazendo-o desvalorizar necessidades antes tão essenciais a sua própria existência, como o meio ambiente, sua família, sua boa alimentação, que são seus alicerces para um bem estar geral. A busca do corpo perfeito também causa um desequilíbrio na vida atual dos indivíduos e principalmente os que estão na adolescência, faze esta que estão afirmando sua personalidade e desenvolvendo seu corpo, é necessária neste sentido uma orientação correta sobre o que ingerir em sua alimentação.

A escola é o lugar em que a maioria das crianças e jovens passa a maior parte do seu dia, é nela que ocorrem os encontros e desencontros de suas vidas. Por isso, é inevitável que neste ambiente haja de maneira continua uma orientação alimentar, visando sempre uma vida mais saudável. Principalmente com acesso rápido a mídia eles têm na atualidade, a qual influencia tanto para o errado como para o certo, cabe ao professor o papel de orientador, de mediador entre a rapidez com que os jovens vivem e a maneira certa de se alimentar, de viver bem, tendo em mente que tudo na vida tem seu tempo e momento. Uma orientação correta desde a mais tenra idade faz com o educando desenvolva hábitos saudáveis, sendo estes focados na alimentação saudável e atividade física, ambas sendo executada dentro da escola, dando ênfase a disseminação desse conhecimento. É preciso que dentro do ambiente escolar, a nível pedagógico, haja uma interdisciplinaridade sobre o tema, tendo a Educação Ambiental como norteadora. Todos dentro desse ambiente devem falar de maneira uniforme, seguindo o mesmo tema, para que o aluno tenha a devida noção do que é comer bem e com qualidade, de onde devem proceder os produtos alimentares e como se dá seu preparo.

O aumento de doenças juvenis têm deixado pais, professores, médicos e até a esfera administrativa em sinal de alerta. Por isso em 2009, o governo federal preocupado com o número excessivo de adolescentes obesos, proibiu a venda de qualquer produto industrializado em cantinas das escolas, bem como estipulou que a compra de 30% da merenda das escolas seja de produtos orgânicos oriundos da Agricultura Familiar (Brasil-2009). Busca-se assim a interação escola, pais e governo, introduzir de vez hábitos saudáveis nos jovens e crianças.

As questões alimentares são de extrema importância no desenvolvimento do corpo e mente de um indivíduo, pois interfere diretamente em seu crescimento, em seu bem estar físico em geral, estão diretamente ligadas a saúde e melhor qualidade de vida do ser. Desta forma, se faz urgentemente necessário que professores resgatem a importância do contato do aluno com o meio ambiente, através de uma alimentação saudável onde os orgânicos sejam destaque, tendo o conhecimento de onde vêm esses alimentos, como são cultivados e a importância que o trabalho deste agricultor tem para o meio ambiente que o aluno está inserido, neste trabalho abordou-se este tema, mostrado aos alunos em visitas a pequenos agricultores de orgânicos onde puderam ver como se dá o processo do cultivo desses produtos, trazendo para dentro da escola esse conhecimento adquirido através da criação e manutenção de uma horta escolar.

É preciso que haja de forma continua este relacionamento, aluno/natureza, que tenham a ideia pertinente de sustentabilidade e economia nas escolas. Sendo assim, a Educação Ambiental é o instrumento mais certo para criar uma sensibilização sobre a importância de se ter uma vida mais saudável, buscando através da alimentação saudável formar humanos com menos riscos de doenças ou problemas diversos originados por um organismo desnutrido.

A maioria dos jovens e crianças não tem a menor noção de onde vem o alimento que está em sua mesa, vivem em um mundo a parte, são os poucos conscientes da necessidade de se alimentar bem, do comer saudável e de preservar o Meio Ambiente. Muitos desconhecem o trabalho do homem do campo, suas dificuldades e a importância desse trabalho para o planeta. Já que comer é um dos maiores prazeres que a humanidade já descobriu, tenta-se através deste trabalho, mostrar que comer bem é essencial à melhoria da saúde do corpo, assim como, mostrar na prática como os alimentos orgânicos são produzidos qualificando-os como fonte pura de nutrientes para o organismo e a importância deste trabalho sustentável ao Meio Ambiente. Visando à melhoria da saúde do corpo e, ainda, sabendo como produzir seu alimento sem agredir o meio ambiente, promove-se assim a união do bem estar com o

equilíbrio ambiental, formando então cidadãos conscientes, principalmente os jovens, futuros disseminadores de opiniões.

Por meio deste trabalho buscou-se sensibilizar a comunidade escolar sobre a relevância de se ter uma alimentação saudável, tendo os produtos orgânicos como base para este trabalho, tendo a consciência de que os mesmos são fontes de nutrientes essenciais ao desenvolvimento do ser humano.

1.1 Objetivos

1.1.1 Objetivo Geral

Trabalhar o tema alimentação saudável com alunos e professores de uma escola da Rede Pública Estadual de Quaraí/RS, como forma de motivar o gosto pelo plantar, colher e comer alimentos orgânicos, bem como reconhecer o valor da produção orgânica rural.

1.1.2 Objetivos Específicos

- ✓ Sensibilizar por meio de palestras sobre a importância da alimentação saudável desde cedo na vida de um indivíduo, tendo os alimentos orgânicos como fonte de nutrição;
- ✓ Mostrar, por meio de visitas a produtores rurais da região, como são produzidos os alimentos orgânicos;
- ✓ Explicar, por meio de explanação, vídeo e discussões, o que é alimento orgânico e buscar sensibilizar os alunos sobre sua importância para a saúde do corpo e à preservação do Meio Ambiente;
- ✓ Auxiliar motivando a criação e apresentação de uma peça de teatro sobre a alimentação saudável;
- ✓ Criar uma horta e um jardim com reaproveitamento de pneus.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A importância de uma alimentação saudável desde a infância

É de conhecimento de todos a importância de uma alimentação saudável desde a mais tenra idade, para se ter uma vida mais saudável e evitar possíveis doenças na fase adulta da vida. A alimentação das crianças sempre foi um assunto muito preocupante, mas de uns tempos para cá com o aumento da obesidade infantil tem se tornado pauta constante nas esferas administrativas, familiares e educacionais. “A educação alimentar na infância é de extrema importância para a formação de hábitos saudáveis que vão durar ao longo da vida.” (LUTZ, 2013, p. 01). Assim como Romanello e Hübner (2013, p. 203) complementa esse pensamento afirmando que “os maus hábitos alimentares podem acarretar problemas físicos e psicológicos graves, principalmente quando o ser humano está em desenvolvimento e as deficiências individuais daí decorrentes tem profundo impacto no coletivo de uma nação.

É preciso ter consciência de que o corpo humano devolve o que recebe, é reflexo direto do que se come. A infância é fase em que o organismo mais precisa de nutrientes saudáveis para que possa se desenvolver com saúde.

Uma alimentação adequada é de extrema importância em qualquer idade, pois assegura o crescimento fisiológico, manutenção da saúde e do bem estar no indivíduo. Na infância, o valor dessa alimentação adequada se torna muito maior, pois as crianças se encontram em fase de crescimento e formação da personalidade de seus hábitos alimentares (LUTZ, 2013, p. 01).

Na fase da infância, o ser humano encara uma experiência rica em aprendizado, pois toda a base de seu desenvolvimento se dá nessa fase. É onde aprende o certo e o errado, e aprende o gosto de comer, uma criança bem alimentada percebe-se na esperteza, raciocínio lógico rápido e linguagem bem expressiva. Por isso a importância de pais e professores serem bem informados por profissionais especializados como os pediatras e os nutricionistas, estes precisam orientar sobre a necessidade de uma boa alimentação desde o aleitamento materno bem como a introdução adequada de alimentos sólidos na dieta da criança.

A criança desenvolve os primeiros hábitos dentro de casa, mas na escola o indivíduo convive com várias pessoas de níveis sociais diferentes e culturais, que trazem experiências e hábitos diversos. A convivência com toda essa diversidade faz com que forme a base do futuro ser adulto e com isso desenvolva suas próprias preferências e hábitos, tanto social

quanto alimentar. LUTZ (2013, p. 01) afirma que quando a criança é inserida na escola, o processo de educação nutricional passa a sofrer ainda mais com a influência do meio: a criança passa a fazer refeições fora de casa, o alimento passa a ter uma representação social importante e a escola torna-se a principal fonte de conhecimento sobre alimentação.

Uma alimentação saudável auxilia na defesa do organismo contra alergias, doenças como a diabetes, doenças do coração, entre outras, junto com alguma atividade física e beber água, faz com que a vida das pessoas seja saudável e tenha mais qualidade em seu viver.

Além disso, ela estimula o prazer, valoriza a cultura alimentar e promove a saúde do corpo. Uma alimentação saudável e adequada também é direito e, por isso, deve ser promovida de forma a favorecer a saúde de todos os indivíduos (BRASIL, 2010, p.20).

Na infância e adolescência deve-se ter uma atenção diferenciada ao consumo indiscriminado de salgadinhos, refrigerantes e doces, que acabam entrando na vida dos jovens por meio do convívio com os outros, por propagandas ou até mesmo pelo hábito alimentar dentro da família. Segundo Paiva (2010, p. 07) as preferências por determinados alimentos são estabelecidas nos primeiros anos de vida e podem predizer futuros hábitos alimentares, adequados ou não.

Os adolescentes por natureza são questionadores e estabelecem relações onde seus gostos diferenciam dos hábitos dos adultos, nessa relação é que entra a experiência e a maturidade dos adultos, precisam introduzir uma educação alimentar saudável que os preparem para terem uma dieta saudável e equilibrada, onde seu prato seja colorido e saboroso mantendo a saúde e a qualidade de vida. Paiva (2010, p. 08) acredita que Outros fatores, como o amor-próprio, a relação com os amigos e com a família e a influência de companheiros, desempenham um importante papel na conduta do adolescente, inclusive quanto aos hábitos.

A alimentação saudável é aquela que engloba um pouco de todos os nutrientes encontrados na natureza. Deve atender todas as necessidades do organismo. Através da alimentação é que o corpo recebe os nutrientes imprescindíveis ao desenvolvimento do corpo humano e necessário para mantê-lo saudável. Na alimentação saudável deve conter grãos, como arroz e feijão, verduras, frutas, legumes, ainda alimentos de origem animal tais como a carne, leite e ovos. Além dessa importância para o organismo sobreviver, a alimentação é reflexo dos hábitos culturais e sociais de um povo. Conforme o Manual das Cantinas Escolares Saudáveis (BRASIL, 2010, p. 19),

A alimentação saudável precisa ter como enfoque principal o resgate de hábitos alimentares regionais, estimulando o consumo *in natura*, produzidos em nível local, integrados à cultura da região e de alto valor nutritivos, como frutos, legumes e verduras, grãos integrais, leguminosas, sementes e castanhas, além de ser fundamental a higiene na sua produção, da produção ao consumo.

Uma alimentação saudável adequada deve conseguir amenizar o esgotamento causado pelo dia a dia agitado e as várias atividades executadas por todos, desde as crianças e adolescentes como seus responsáveis. Pela alimentação consegue-se diminuir as reações do organismo que este esgotamento emocional causa tais como a ansiedade, o aumento de peso, melhorar o humor, consegue-se auxiliar no tratamento, e às vezes, até combater várias doenças modernas. Melhora o rendimento cognitivo e o desenvolvimento físico das crianças e adolescentes. Como Romanello e Hübner (2013, p. 204) definem bem que tanto o rendimento escolar dos estudantes no presente como a sua existência no futuro dependem de uma alimentação saudável na sua juventude. Deve-se estar sempre atento à alimentação das crianças desde antes do nascimento quando em gestação ainda. A importância de uma alimentação saudável, onde os alimentos sejam o mais natural possível, deve ser salientada aos pais e responsáveis e, principalmente, aos educandos desde a idade pré-escolar, para que possam ser adultos conscientes dessa importância e que continuem valorizando e aplicando em sua vida adulta, transmitindo aos seus filhos também.

2.2 Conhecendo e valorando o agricultor familiar e sua produção

Segundo o MDS – Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome – “Agricultura Familiar é uma forma de produção onde predomina a interação entre gestão e trabalho; são os agricultores familiares que dirigem o processo produtivo, dando ênfase na diversificação e utilizando o trabalho familiar, eventualmente complementado pelo trabalho assalariado.” De acordo com Censo Agropecuário de 2006 – (IBGE, 2006, tabela 1.1), há 80,25 milhões de hectares ocupados com agricultura familiar, abastecendo a mesa dos brasileiros com produtos saudáveis e visando à proteção do meio ambiente. Sendo desses 45,0% destinados a pastagens, enquanto a área com matas, florestas ou sistemas agroflorestais ocupavam 28,0% das áreas, e por fim as lavouras que ocupavam 22,0%.

A situação ambiental está levando a atuação governamental realizar políticas verdes, as quais visam fiscalizar, fazer cumprir as leis elaboradas para defender o meio ambiente, estimular o uso de novas tecnologias utilizando-se de energia limpa, incentivar novos meios de plantio e criação, buscando um desenvolvimento sustentável, termo este que BRANDT

(2012, p. 05), o define estando centrado numa proposta de equilíbrio entre três aspectos, igualmente importante: viabilidade econômica, justiça social e responsabilidade ambiental.

Nessa política verde surge espaço para os agricultores com pequenas extensões de terras e produções não tão expressivas no universo agropecuário, os agricultores familiares.

Estes mesmos agricultores já foram denominados camponeses, colonos, pequenos produtores rurais, pequenos agricultores, lavradores ou trabalhadores rurais, entre outras. Independente da denominação utilizada, os agricultores familiares sempre foram discriminados e seu trabalho desvalorizado (BITTENCOURT, 1997, p. 125).

A agricultura familiar favorece a aplicação de práticas ecológicas, como a diversidade de plantações, menor quantidade de insumos ou a completa ausência destes e a preservação do ambiente, devido ao fato de que as áreas normalmente pequenas e os cultivos podem ser mais bem controlados. É a atividade que tem apresentado o maior desenvolvimento, principalmente no Brasil que é um país basicamente, ainda, agrícola.

O maior desafio da economia é continuar a crescer sem agredir ao meio ambiente. As leis no país elaboradas até hoje visam amenizar o desequilíbrio do ambiente, utilizando-se de regulamentação, fiscalização, punições e da Educação Ambiental como recurso principal de preservação. Conforme BRANDT (2012, p. 01), “ao menos no âmbito da legislação, há um consenso quanto ao preceito de que a responsabilidade pela preservação do meio ambiente (sustentabilidade) precede o direito ao lucro”.

As políticas públicas e programas governamentais, atuais, pretendem valorizar estes agricultores, priorizando seu espaço e suas iniciativas. Segundo informações do Banco do Brasil (2013) o Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (PRONAF), criado entre 1995/96, é o primeiro programa do Estado voltado para a categoria, onde os juros mínimos, ao ano, são de 1,5%, e os agricultores familiares podem utilizar esse crédito para construir estufas, comprar maquinário entre outros insumos.

Hoje o meio ambiente é o foco das políticas públicas e o agricultor, por viver na zona rural, junto à natureza, vê a dimensão do seu patrimônio aumentada a olhos vistos, surgem as Áreas de Proteção Permanente (APP) e as Reservas Naturais, ambas proibindo e restringindo as ações do produtor em sua propriedade, respectivamente, tudo em prol do Meio Ambiente.

Há um interesse geral em reintegrar uma racionalidade ecológica à produção agrícola, e em fazer ajustes mais abrangentes na agricultura convencional, para torná-la ambiental, social e economicamente viável e compatível (ALTIERI, 2008, p. 20).

Com base na Lei Federal nº 11.947 de 16 de junho de 2009, 30 % da alimentação escolar das Escolas da Rede Estadual e Municipal deve ser adquirida da Agricultura Familiar. A medida, prevista na referida lei, pretende aumentar a qualidade da alimentação escolar servida aos alunos e fomentar a agricultura familiar. De acordo o Art. 14 do Ministério Agricultura, Pecuária e Abastecimento (2009, p. 27), no artigo 14. do total dos recursos financeiros repassados pelo FNDE, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, no âmbito do PNAE (Plano Nacional de Alimentação Escolar), no mínimo 30% (trinta por cento) deverão ser utilizados na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar e do empreendedor familiar rural ou de suas organizações priorizando-se os assentamentos da reforma agrária, as comunidades tradicionais indígenas e comunidades quilombolas.

Com essa iniciativa busca-se uma merenda escolar mais saudável, introduzindo no alunado o hábito da merenda com produtos orgânicos, visando à boa nutrição, sem perder o sabor, tão essencial ao paladar das crianças e adolescentes, com isso está mudando a visão desses alunos em relação ao comer bem.

2.2.1 Produção orgânica

Vive-se nos tempos atuais uma insegurança em termos de alimentação, recursos naturais e lugares habitáveis no planeta, então surge à necessidade extrema do homem de hoje restaurar e preservar o meio em que vive. Para Capra (1997, p. 12),

A escassez dos recursos e a degradação do meio ambiente combina-se com populações em rápida expansão, o que leva ao colapso das comunidades locais e à violência étnica e tribal que se tornou a característica mais importante da era pós-guerra fria.

Segundo CINTRA (2013, p. 01) para a ONU (Organização das Nações Unidas) a segurança alimentar norteia quatro dimensões: disponibilidade, acesso, utilização e estabilidade. Já o Conselho Nacional de Segurança Alimentar acredita que se deve prezar pela qualidade com base em práticas promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que seja ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentável.

Estimular o consumo de legumes, verduras, frutas e cereais locais, reduz os gastos com transportes e conservação dos mesmos. Os alimentos produzidos em hortas particulares, escolas ou comunitárias tem uma motivação extra no desenvolvimento dos bons hábitos alimentares. Os alimentos ali produzidos são fontes eficientes de nutrientes para estes jovens e comunidade em geral, pois são na sua maioria orgânica, ou seja, livres de qualquer química,

agrotóxicos ou hormônios e os produtores geralmente buscam a preservação do meio onde estão plantando, utilizando os recursos naturais ali encontrados como insumos para suas plantações.

Produtos Orgânicos são produzidos sempre com a preocupação de não prejudicar o meio ambiente a produção orgânica consegue se sustentar sem destruir os recursos naturais, os produtores valorizam as espécies de animais e plantas da nossa natureza (BRASIL, 2009, p. 04 e 05).

O produto orgânico é todo aquele que está livre de qualquer produto tóxico como agrotóxicos, hormônios, adubos químicos. Se, além disso, o cultivo respeitar aspectos ambientais, sócias, culturais e econômicos, garantindo um sistema agropecuário sustentável, ele é um produtor ecológico. “Um produto no supermercado pode ser orgânico (livre de químicos), mas sua produção pode não estar necessariamente dentro dos critérios agroecológicos” (DONNA ZH, 2014, p. 15).

O MAPA – Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (BRASIL, 2014, p. 01), assegura que para um produto ser considerado orgânico, o processo produtivo deve contemplar o uso responsável do solo, da água, do ar e dos demais recursos naturais, respeitando as relações sociais e culturais. O Brasil já ocupa posição de destaque na produção mundial de orgânicos.

Os produtos orgânicos precisam ter um selo fornecido pelo SISORG – Sistema Brasileiro de Avaliação Brasileiro, porém aqueles vendidos pelos próprios produtores ficam isentos dessa obrigação, mas estes devem ser credenciados em alguma entidade social (BRASIL, 2014, p. 01).

Quanto mais frescos os produtos, melhor é sua qualidade. Essa qualidade faz com que a maioria dos consumidores prefira comprar os orgânicos em feiras da cidade, local estes onde os próprios produtores vendem sua produção, visando uma venda melhor e mais efetiva. A qualidade dos produtos orgânicos fazem com que os mesmos sejam eleitos como os ingredientes preferidos para se ter um corpo, e por consequência, uma mente mais saudável e dinâmica.

2.2 A escola como espaço formador

A escola é o espaço onde se formam os cidadãos e cabe a essa instituição, formadora de seres pensantes, educá-los para que se tornem indivíduos responsáveis e capazes de colaborar, através de suas decisões, sobre a relação com o meio onde vive.

A escola é uma instituição responsável pela formação de pessoa que estão em processo de desenvolvimento. Todos que estão ali (professores, funcionários, alunos, pais e donos (as) de cantinas), que formam a comunidade escolar, precisam estar escolhidos com o processo educativo, porque a vida, a saúde e a preparação de um futuro melhor e mais saudável para nossas crianças e jovens é uma responsabilidade não só do estado ou da família, mas de todos nós (BRASIL, 2010, p. 09).

Deve-se desenvolver a noção da capacidade que a natureza possui de manter a vida e respeitar, para não interferir ou, se interferir, que cause o menor dano possível, sem deixar de ter o pensamento que todos somos interligados. Essas palavras têm o propósito de despertar a consciência do homem, faz com que se tenha o discernimento de preservar hoje para poder existir o amanhã. No educando deve-se inserir o pensamento que o seu consumo tem impacto no coletivo, sendo assim é importante pensar em seus hábitos de consumo e de viver. A escola é o lugar onde os alunos passam a maior parte de suas vidas, desenvolvem hábitos e pensamentos que irão nortear seus passos durante sua fase adulta, enfim constroem suas vidas. Segundo Gadotti (2007, p. 10), “é na escola que passamos os melhores anos de nossas vidas, quando crianças e jovens”.

É necessário oferecer aos educandos situações em que tenham a oportunidade de desenvolver uma opinião crítica sobre a sociedade em que está inserido. Nesse sentido, a preparação para a cidadania e, para viver em sociedade com livre expressão, não se deve restringir ao simples conhecimento de leis e regras que regem essa sociedade, é preciso ser pessoas que saibam agir na vida coletiva de maneira consciente.

É essencial que as atividades pedagógicas estejam direcionadas inclusive para a evolução de valores educativos e morais, que formam os cidadãos responsáveis visando a qualidade de vida e bem-estar coletivo.

A escola é um **espaço de relações**. Neste sentido, cada escola é única, fruto de sua história particular, de seu projeto e de seus agentes. Como lugar de pessoas e de relações, é também um lugar de representações sociais. Como instituição social ela tem contribuído tanto para a manutenção quanto para a transformação social. Numa visão transformadora ela tem um papel essencialmente crítico e criativo (GADOTTI, 2007, p. 11).

Se espera que adquirindo os comportamentos sustentáveis demonstrados aos discentes, estas novas ideias sejam capazes de promover medidas simples de sustentabilidade e saúde, ultrapassando os limites da escola e chegando até as famílias dos alunos. Tornando-se, assim, exemplos positivos para a comunidade em geral.

2.4 Ações de educação ambiental em auxílio ao papel da escola

A educação ambiental é a ferramenta mais relevante para uma aprendizagem completa, sendo o enfoque principal seja a formação do indivíduo como cidadão consciente do meio em que vive, sendo preocupado com a sua preservação e que saiba o que sua presença nele representa. Esta sendo aplicada na escola em sua rotina diária, por todos os membros da Instituição, para que haja, de fato, um entendimento da importância de preservar o meio ambiente em que estamos inseridos, com pequenos gestos que se tornam grandes quando em conjunto, que se tenha o conhecimento de que as futuras gerações precisam tanto desse meio quanto nós nos dias presentes.

A educação pode fazer maravilhas em uma mente ávida de conhecimento como a das crianças em séries iniciais. Porém essa educação deve estar voltada para a compreensão da vida e a preservação natural desta. A Educação Ambiental é imprescindível para uma real conscientização dos educandos sobre a importância da conservação do meio em que vivem visando uma vida com mais qualidade sem prejudicar o meio ambiente. Tem por finalidade tentar formar um novo pensamento em relação a como usar dos Recursos do meio com equilíbrio e sabedoria.

Vivemos em um momento bastante propício para a educação ambiental atuar na transformação de valores nocivos que contribuem para o uso degradante dos bens comuns da humanidade. Precisa ser uma educação permanente, continuada, para todos e todas, ao longo da vida. E a escola é um espaço privilegiado para isso (BRASIL, 2009, p. 07).

Dentro da escola a Educação Ambiental é usada para vários temas onde esteja envolvido o bem estar do ser humano, tais como Alimentação Saudável, Reutilização de dejetos, Reciclagem e Bons hábitos de higiene e de atitudes formadoras de um cidadão responsável e sabedor de seu papel no universo em que vive, tais como ética, respeito ao próximo entre outros temas, esses são trabalhados através de projetos, ações mobilizadoras onde toda comunidade escolar é estimulada a participar. MEDEIROS (2014, p. 01) afirma que como perspectiva educativa, a Educação Ambiental deve estar presente sempre, intervindo em todas as relações e atividades escolares, desenvolvendo-se de maneira interdisciplinar, para refletir questões atuais e pensar qual mundo queremos e, então, por em pratica um pensamento ecologista mundial.

A escola deve ser conciliadora entre os temas pertinentes a preservação da natureza e hábitos saudáveis formando cidadãos responsáveis e conscientes de seu espaço no meio ambiente.

Nesta abordagem, a escola deveria ser “mediadora”, entre o aluno, enquanto sociedade, e o meio ambiente, constituindo valores sustentáveis e formado opiniões. E nada melhor que começar sensibilizando os alunos de que a natureza não é uma fonte inesgotável de recursos (EFFITING, 2007 apud CHAVES, 2014, p. 6356).

A união da Educação Ambiental com todos os segmentos da Escola e, principalmente, a interdisciplinaridade desta é crucial para uma sociedade que busca preservar a vida no planeta. Este é o intuito norteador da Educação Ambiental preservar hoje para se ter um amanhã viável para viver.

3 METODOLOGIA

3.1 Caracterização da Pesquisa/local

A presente monografia descreve o trabalho de educação ambiental realizado na Escola Estadual de Ensino Fundamental Brasil (E.E.E.F. Brasil), localizada no município de Quaraí/RS, nos meses de setembro a dezembro, de 2014, sobre a importância de uma alimentação saudável tendo os alimentos orgânicos como foco principal, buscando saber como e onde são produzidos os mesmos.

A pesquisa é do tipo Exploratória, pois tem como objetivo esclarecer aos participantes a importância de uma alimentação rica em orgânicos e desenvolver o gosto pelo plantar e colher seus próprios alimentos, segundo GIL (2008, p. 27) “Pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias”. Na tentativa de modificar pré-conceitos estabelecidos sobre alimentos orgânicos, será dada uma visão geral de como e onde são plantados, como chegam aos mercados, o mesmo autor define que “ pesquisas exploratórias são desenvolvidas com o objetivo de proporcionar visão geral, tipo aproximativo, acerca de determinado fato” (Gil, 2008, p. 27).

Tem avaliação qualitativa, a qual levará em consideração a participação dos alunos, as possíveis indagações de interesse ao tema trilhado que surgirem durante trabalho, o interesse demonstrado na realização das atividades propostas e a busca para solucionar possíveis problemas que surgirem no decorrer do trabalho.

3.2 Público alvo

Participaram um total de 180 alunos das turmas de 1º ano até ao 8º ano e 8ª série, com idade entre 6 anos até aos 16 anos, e 27 professores dos turnos manhã e tarde (professores das anos iniciais e das turmas finais sendo professores de Ciências, Língua Portuguesa, Língua Inglesa, História, Geografia e Matemática), Equipe Diretiva e funcionários da Escola.

3.3 Atividades desenvolvidas na escola

Nas salas de aula de cada turma, houve uma conversa com os alunos sobre a importância de se ter uma alimentação saudável desde muito cedo, principalmente na fase estudantil do ser humano, pois está em pleno desenvolvimento do seu corpo.

Durante essas conversas houve escolha de alunos, se oportunizou lugares para cinco alunos das turmas de 4º ano ao 8º ano e 8ª série, totalizando uma representação de 30 alunos e três professores, para conhecer o lugar onde são produzidos os produtos orgânicos, esse número de participantes foi determinado pela pesquisadora, devido ao fato do ônibus escolar conseguido para a locomoção das turmas, o qual foi o empréstimo deu-se pela Secretaria de Obras da cidade, caberiam somente 35 pessoas. Das turmas do 1º ao 5º ano, devido a outras atividades paralelas na escola no dia da visita somente o 4º ano pode ir, e como a turma é pequena (apenas 15 alunos) todos os alunos presentes na data foram na visita (total de 11 integrantes do grupo) mais a professora da turma.

A visita foi realizada em propriedades de agricultores familiar para conhecer a realidade de quem planta, colhe e vende os produtos que eles comem todos os dias na merenda da escola e em suas próprias casas, bem como mostrar e enaltecer a produção livre de venenos, conforme mostra a figura 1.



Figura 1 - Alunos em visita às estufas de hortaliças orgânicas.

Nessa visita compartilharam conhecimentos professores e alunos, onde os alunos demonstraram grande interesse e alegria nessa oportunidade, demonstrando a importância de tirar o aluno da sala de aula, sair e mostrar na prática a relevância do que foi ensinado na teoria, o aluno demonstra muito mais interesse e conhecimento adquirido tendo uma prática para comprovar tal conhecimento transmitido, como mostra a figura 2.



Figura 2 - Alunos tendo a devida explicação de como são plantados as hortaliças

Um estabelecimento que se encontra na localidade das Sesmarias dos Vasconcellos, a 3 km da cidade, foi escolhido por ser considerado pelos educadores e ambientalistas da cidade um modelo em sustentabilidade para os demais produtores, que a visitam e procuram conhecer os métodos de plantio, o uso dos recursos naturais com sustentabilidade e a técnica de venda do proprietário, que já os pratica há mais de trinta anos, ensinamentos que recebeu de seu pai e agora passa ao seu filho, o qual já está plantando e colhendo para a sua própria família.



Figura 3 - Local de visitação nas Sesmarias dos Vasconcelos e seus proprietários

Após a visita, em dias subsequentes, houve explanação do grupo que foi na visita às propriedades, com o restante do grupo escolar sobre o que viram e aprenderam nas propriedades visitadas, conforme figura 4.



Figura 4 - Discussão sobre as visitas feitas com o restante do grupo escolar.

Complementando o trabalho a pesquisadora mostrou as fotos do lugar visitado, dos alunos no local e das hortaliças, bem como de outros lugares na cidade que também praticam a mesma técnica de agricultura familiar sustentável, ressaltando a importância de uma alimentação saudável. Foi exibido um vídeo da novela juvenil Chiquititas (Figura 5), novela esta voltada ao público infanto-juvenil de grande sucesso entre o alunado presente, onde uma nutricionista relata aos personagens infantis e juvenis, sobre a importância de se alimentar com saúde e os problemas que podem causar a ingestão em excesso de refrigerantes, salgadinhos, lanches gordurosos e doces. A intenção era ter uma nutricionista da cidade, porém não foi possível, pois não houve disponibilidade de nenhuma profissional, todas tendo justificado que devido ao grande número de atividades que tinham para realizar em seus consultórios.



Figura 5 - Vídeo apresentado da novela Chiquititas onde uma nutricionista explica a importância da alimentação saudável na infância e adolescência.

Houve a realização de um teatro de fantoches sobre o tema trabalhado, nesta tarefa foi lançado pela pesquisadora o desafio aos alunos participantes da visita, que estes criassem uma peça teatral, o qual foi aceito e realizado pelos mesmos. Os alunos, com a orientação da pesquisadora elaboraram uma peça teatral com o título “O DOCE”, ressaltando os prejuízos de só se comer doces, refrigerantes e industrializados peça esta que foi apresentada aos seus colegas, como mostra a figura 6.



Figura 6 - Alunos nos ensaios para a apresentação do Teatro de Fantoques

Através da apresentação de teatro de fantoches, sobre a importância de uma alimentação saudável se disseminou o conhecimento adquirido nas visitas e conversações que se teve durante todo o projeto, a apresentação deu-se como finalização da atividade teórica, conforme figuras 7.



Figura 7 - Apresentação da Peça Teatral “O DOCE”.

Houve a realização de oficinas de plantio onde uma horta orgânica suspensa em pneus velhos foi criada, pneus estes doados pela Secretaria de Obras do município, foi feita em cima de armações de mesas estudantis desgastadas pelo tempo de uso, colocamos partes de cima de outras mesas, as quais estavam desgastadas. Os pneus foram recortados pelo Professor de História/Geografia da escola. Depois pintados com tinta plástica pelos alunos, com ajuda da Professora de Ciências, na figura 22 aluno realizando a pintura dos pneus.



Figura 8 - Preparação dos pneus para o plantio, pintura com tinta plástica pelos alunos maiores.

A pesquisadora explicou como seriam organizados os pneus destinados ao plantio da horta. Como o espaço era pequeno foram destinados quatro pneus apenas devido ao pequeno espaço em poderia se realizar tal atividade, neles foi colocado sacos de lixo biodegradável, para que a terra não escoar, pois ficaram em cima de classes escolares antigas.

Atividade mostrada na figura 9.



Figura 9 - Explicação de como preparar os pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoa, para o plantio da horta.

Após as devidas explicações os alunos seguiram no trabalho de forrar os pneus, onde mais tarde seria colocada a terra para plantio das hortaliças. O saco foi preso com a parte retirada do pneu para evitar que com o peso da terra este escapasse e pequenos furos foram feitos no saco para a água escoar. Conforme figuras 10, 11 e 12.



Figura 10 - Preparação pelos alunos dos pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoa, para o plantio da horta.



Figura 11 - Preparação pelos alunos dos pneus com sacos de lixo biodegradáveis para evitar que a terra escoa, para o plantio da horta.



Figura 12 - Pneu pronto para colocar a terra.

Os alunos maiores do 8º ano e da 8ª série foram os responsáveis por colocar a terra nos pneus, tanto da horta quanto do jardim. Conforme as figuras 13 e 14;



Figura 13 - Alunos providenciando a terra para levar até os pneus.



Figura 14 - A colocação da terra pelos alunos.

Após toda a preparação de cada pneu foram plantadas mudas de cebolinha verde de todo ano, pelos alunos em um dos quatro pneus, nos outros foram semeados alface, salsinha e rúcula, como mostram a figura 15.



Figura 15 - Alunos plantando cebolinhas da espécie de todo ano.

Enquanto o grupo da horta acabava o serviço elaborava-se a preparação dos pneus para o plantio do jardim em outro espaço da escola, com orientação da pesquisadora de como distribuir os pneus e em cada um colocar a parte que foi cortada que irá servir de redutor para a terra escoar com menos quantidade quando chover, pois o terreno tem caída levemente acentuada, o trabalho desenvolveu-se de forma tranquila e agradável, como mostram as figuras 16, 17, 18, 19 e 20.



Figura 16 - Orientação da pesquisadora como distribuir os pneus e de como colocar a parte cortada do pneu no fundo do mesmo.



Figura 17 - Orientação da pesquisadora como distribuir os pneus e de como colocar a parte cortada do pneu no fundo do mesmo.

Terminado esse trabalho se iniciou a colocação da terra em cada pneu e a sua distribuição de forma regular desmanchando possíveis torrões. Como mostram as figuras 18, 19, 20 e 21.



Figura 18 - Alunos distribuindo a terra nos pneus devidamente colocados com a ajuda de uma funcionária da escola.



Figura 19 - Alunos distribuindo a terra nos pneus devidamente colocados.



Figura 20 - Alunos desmanchando os torrões e regulando a terra.

Com os pneus devidamente arrumados e a terra pronta para o plantio, os alunos foram orientados a como realizar o plantio, respeitando a distância de cada muda, não plantando muito rente a superfície e nem muito fundo, apertando a sua volta para ficarem firmes como mostra as figuras 21, 22 e 23.



Figura 21 - Alunos sendo orientados pela pesquisadora de como realizar o plantio.



Figura 22 - Alunas realizando o plantio.



Figura 23 - Alunos realizando o plantio.

Depois de plantadas as mudas de flores foram regadas e o início do recanto onde no próximo ano letivo, com as flores bem desenvolvidas e bancos distribuídos entre as árvores, sendo estes também feitos com material reciclado, como cadeiras e madeiras de eucaliptos comprados com contribuição de toda a comunidade escolar, este local servirá de uma área de lazer para os alunos, professores e funcionários da escola, como está mostrando as figuras 24, 25 e 26.



Figura 24 - Pneus distribuídos e plantados formando o adorno no terreno que formará o jardim.



Figura 25 - Bancos confeccionados com material reciclado.



Figura 26 - Bancos confeccionados com material reciclado.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o desenvolvimento deste trabalho notou-se o grande interesse dos alunos, principalmente na parte em que eles tiveram que sair da escola e, também na hora em que tiveram que realizar as tarefas práticas do projeto. Porém no decorrer do tempo transcorrido notou-se uma inércia de parte desse alunado, acredita-se que a falta da continuidade da execução do tema, já que por motivos de mau tempo, atividades da escola onde o projeto estava sendo trabalhado, impediram de dar a devida continuidade. Tinha-se a real noção de que poderia haver dificuldades, pois toda atividade extracurricular se torna menos importante das que estão no currículo escolar.

4.1 Orientação sobre a importância dos alimentos orgânicos.

Nas palestras foi esclarecido o que é orgânico – produto cultivado livres de elementos químicos – a importância deles na alimentação diária de qualquer indivíduo, principalmente para aquele, que como eles estão em formação. Foi destacada a relevância do trabalho do homem do campo e de sua participação na preservação de nosso planeta. Os alunos demonstraram grande interesse e participação perguntando e respondendo vários questionamentos durante a explanação. Esse trabalho de orientação rendeu resultados, quando da visita aos agricultores para embasamento das perguntas a eles feitas, como, por exemplo: - se as sementes pré-germinadas não tinham química para serem assim? – A qual foi respondida prontamente pelo proprietário afirmando que era um dos requisitos básicos no processo de germinação dessas sementes o não uso de químico, o que os desclassificariam como produtores de orgânicos.



Figura 27 - Alunos reunidos após as visitas para troca de conhecimentos.

Também foi ressaltada aos alunos a importância de manter bons hábitos alimentares, comendo grande variedade de alimentos, todos com muita moderação, pois o excesso também gera aumento desnecessário do peso, acarretando doenças juvenis. Houve explicação (figura 28) de quais doenças eram as mais comuns, tais como: diabetes infantil e juvenil, aumento de colesterol, hipertensão e o que elas causariam em um organismo em desenvolvimento. Ficaram muito interessados no tema, participaram com relatos de sua alimentação, de casos já existentes dessas doenças em amigos, vizinhos e até parentes próximos.



Figura 28 - Pesquisadora explanando sobre a importância da alimentação saudável.

Levaram os questionamentos a merendeira da escola de como eram feita a merenda deles, de onde vinham os produtos utilizados e se tinha orientação de nutricionista. Todos os questionamentos foram respondidos pela funcionária, salientando que a escola seguia um cardápio orientado pela nutricionista do Estado. Foi de iniciativa dos alunos esses questionamentos, instigados pela pesquisadora a descobrirem como comiam, o que comiam e de onde vinha a sua alimentação, a partir dessas inquisições foram em busca das respostas, pois poucos sabiam respondê-las. Houve esclarecimento aos alunos, pela vice-diretora da Escola, que tudo aquilo era comprado da agricultura familiar da cidade através de chamada pública, o que também foi esclarecido que se tratava de uma espécie de licitação, conforme a Lei Federal nº 11.947 de 16 de junho de 2009, a pesquisadora explicou que essa medida era uma forma do governo garantir uma boa alimentação tendo a certeza de que os alunos estavam ingerindo os nutrientes necessários.

Foi satisfatório descobrir neles conhecimentos que nem eles mesmos sabiam que tinham, pois a cada relato se davam conta de como a alimentação estava presente no seu dia-dia e de quão era importante dar a devida atenção que ela merece.

4.2 Visita a produtores familiares

Os alunos tiveram a oportunidade de aprender sobre vários temas, todas as dúvidas surgidas foram sanadas ora pelos produtores ora pela pesquisadora. E foram muitas. O que impressionou tanto a pesquisadora quanto aos outros participantes, pois perguntas sobre animais que deveriam ser bem conhecido como, por exemplo: “Que animal é aquele?” – pergunta de um dos alunos pequenos do 4º ano se referindo a uma vaca. Tudo chamou atenção deles, desde os animais vistos tanto os nativos como preás, garças, diversos pássaros, perdizes quanto aos mais domesticados como vacas, cachorros, gatos, cavalos. Conforme figura 29.



Figura 29 - Pesquisadora explicando sobre a flor da laranjeira, sua função desempenhada na planta.

A visita foi uma aprendizagem para todos os presentes, sobre vários temas, mas principalmente sobre o tema deste trabalho. As explicações dos agricultores sobre como é feito o trabalho do plantio desde a compra das sementes, a escolha destas sementes que já são pré-germinadas, processo este destacado pelo proprietário que sem essas sementes o desenvolvimento dos cultivos demoraria bem mais, fizeram com que os alunos prestassem muita atenção e questionassem. Ficaram impressionados com o processo de irrigação, o qual os proprietários estavam inaugurando, com chafarizes. A criação de peixes, também dentro do sistema de proteção ao meio ambiente e com alimentação orgânica, chamou muita atenção dos alunos que fizeram muita algazarra em torno do lago até os proprietários solicitarem silêncio para os peixes poderem subir a superfície da água a fim de serem vistos por eles.



Figura 30 - Alunos visitando a criação de peixes da propriedade.

Durante todo o passeio, os alunos se mostraram muito interessados e participativos, com grande agitação por tudo o que viam e de uma atenção a tudo que lhes era explicado, nenhuma questão ficou sem resposta, bem assim como nenhum tema ficou sem pergunta, foi de grande relevância para o seguimento das etapas subsequentes do projeto essa atividade.

4.3 Discussões na escola sobre a importância do comer bem

O vídeo da novela Chiquititas foi escolhido por se tratar de um programa juvenil, onde os personagens em sua maioria são crianças e adolescentes, fazendo um grande sucesso entre esses alunos. Foi satisfatório ver com que alegria receberam as explicações contidas no vídeo. De linguagem clara e acessível ao grupo de trabalho, transmitiu o recado de uma nutricionista sobre a importância dos jovens e crianças se alimentar corretamente, comendo mais verduras e frutas, reforçando toda a conversa que a pesquisadora já havia feito anteriormente.

4.5 Teatro como ferramenta de educação ambiental

O teatro de fantoches foi usado como ferramenta de fixação, onde os alunos envolveram-se no desenrolar da história, demonstraram muita empolgação em todo o

processo de criação desde a elaboração do texto, ensaios, determinaram papéis e horários de ensaios, a pesquisadora apenas orientou e supervisionou o trabalho deixando-os livre para desenvolver o projeto da peça teatral “O Doce”. Sendo a apresentação, o encerramento da parte teórica do trabalho, onde os outros colegas elogiaram muito, dentro do tema geral alimentação saudável.

4.5 Oficinas de montagem e plantio de horta e jardim em pneus

Nessa atividade ocorreu a confecção e plantio de horta orgânica suspensa e de um jardim junto ao solo, onde os alunos puderam colocar em prática o que aprenderam durante todo o processo de desenvolvimento do projeto foi de grande valia, já que houve a participação entusiasta de todos os integrantes do grupo. Prestaram atenção e realizaram as tarefas com destreza, demonstrando que aprenderam nas explicações dos produtores de como plantar e dissertando sobre os cuidados que teriam dali pra frente com as plantas, por causa do calor excessivo que estava por vir na estação do verão.

Ao final da oficina a satisfação dos alunos era evidente, muitas perguntas foram feitas, todas esclarecidas, muitos comentários e muitos dizendo que iriam fazer a mesma coisa em casa, se um fizer o trabalho vai ser mais do que válido.

CONCLUSÃO

Com este trabalho conseguiu-se explorar mais a alimentação saudável dos alunos de uma escola da rede estadual de ensino, ficou claro o perigo da má alimentação a que os jovens estão expostos diariamente seja em nível de mídia ou de má orientação fora da escola, contudo mostrou-se de grande valia as palestras ministradas pela pesquisadora, pois com elas se alcançou o objetivo de sensibilizar sobre a importância da alimentação saudável desde cedo na vida de um indivíduo, obtendo dos alimentos orgânicos a de nutrição necessária para o desenvolvimento físico e psíquico do ser humano.

Os educandos tiveram na teoria o conhecimento sobre os produtos orgânicos comprovando na visita a produtores rurais da região, como são produzidos os alimentos orgânicos e as atividades que os mesmos exigem para serem cultivados. Demonstraram que aprenderam sobre como se alimentar vem e a importância dos orgânicos para a saúde do corpo e à preservação do Meio Ambiente.

Ficaram motivados a transmitir o conhecimento adquirido através do teatro de fantoches e auxiliando na criação de uma horta e um jardim com reaproveitamento de pneus, destacando a importância da preservação do meio ambiente reutilizando bens em desuso.

Ao final de todas as atividades, depois de muitas dificuldades enfrentadas, como falta de recursos financeiros para conseguir a terra, pois tínhamos conseguido com a Secretaria Municipal de Agricultura, porém na mesma houve troca de Secretário, e o novo chefe do setor não liberou a terra, também para comprar as sementes e a tinta utilizada nos pneus, a madeira para os bancos, a qual houve uma contribuição coletiva de alunos, professores e funcionários da escola, apesar de todos os percalços foi gratificante de ver a felicidade e satisfação dos alunos, escutar seus comentários sobre como é fácil de fazer e que iriam fazer em suas casas também, todas essas dificuldades não foram empecilho para esta aprendizagem se concretizar.

Ficou claro na realização deste projeto que não se pode esmorecer, pois obstáculo sempre se encontra, porém com a união de todos que estavam bem motivados pelo entusiasmo apresentado pela pesquisadora e alunos participantes, os quais foram incansáveis na busca de recursos e ajuda para conseguir terra e ferramentas para o desenvolvimento das práticas a eles apresentadas.

É imprescindível que, diante das afirmações aqui expostas, que todos se conscientizem de que a alimentação saudável se deve manter diariamente e principalmente na

escola junto com o contato com a natureza e tendo um maior conhecimento do benefício enorme que a mesma pode trazer para a saúde. Que os orgânicos devem ter uma participação mais ativa na alimentação das crianças e jovens estudantes.

O trabalho foi de grande importância para o desenvolvimento tanto dos alunos participantes quanto para a pesquisadora e só foi possível porque contamos com a ajuda de toda a comunidade escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALTIERI, M. **Agroecologia - A Dinâmica Produtiva da Agricultura Sustentável**. Porto Alegre : UFRGS, 2008.

BITTENCOURT, G. A. 1997. **As Políticas Agrícolas e a Agricultura Familiar no Sul do Brasil**. s.l. : Cadernos de Pesquisa nº 07, 1997.

BRANDT, C. T. **Sustentabilidade, Produção Lucrativa e Atuação Governamental para uma Economia Verde**. Brasília: Núcleo de , 2012.

BRASIL. - **Lei 11947**- http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/11947.htm. [Online] Presidência da República, 16 de junho de 2009. [Citado em: 12 de 07 de 2014.]

BRASIL. **O Olho do Consumidor**. Brasília: Biblioteca Nacional de Agricultura - BINAGRI, 2009.

BRASIL. **Manual das cantinas escolares saudáveis: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: do Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Ministério Da Agricultura, Pecuária E Abastecimento - MAPA. **Legislação dos Orgânicos**; www.agricultura.gov.br. Disponível em <http://www.agricultura.gov.br/desenvolvimento-sustentavel/organicos/legislacao>. [Online] GOVERNO FEDERAL, 2014. [Citado em: 21 de JULHO de 2014.]

BRASIL, Ministério da Educação - Ministério do Meio Ambien. **VAMOS CUIDAR DO BRASIL**. BRASÍLIA : UNESCO, 2007. ISBN 978-85-60731-01-5.

CAPRA, F. **A Teia da Vida**. São Paulo: Cultrix, 1995.

CAPRA, F. e outros; Organizado por Michael K. Stone e Zenobia Barlow. **Alfabetização ecológica: a educação das crianças para um mundo sustentável**. s.l. : Cultrix, 2006.

CAVALCANTI, C. (org.) **Desenvolvimento e Natureza: Estudos para uma sociedade sustentável**. Recife : INPSO-FUNDAJ, Instituto de Pesquisas Sociais - Fundação Joaquim Nabuco, 1994.

CHAVES, R. A. e outro. **O Papel Da Escola Na Construção Da Educação Ambiental**; In: Revista da SBenBIO - Número 07 - *Site da SBenBIO* . Disponível em: <http://www.sbenbio.org.br/wordpress/wp-content/uploads/2014/11/R0691-1.pdf>. [Online] outubro de 2014. [Citado em: 10 de janeiro de 2015.]

CINTRA, M. L. **Mais Qualidade na Produção? Segurança Alimentar.** Página 22. *www.pagina22.com.br*. Disponível em <http://www.pagina22.com.br/>. [Online] 11 de 12 de 2013. [Citado em: 24 de julho de 2014.]

DE FREITAS, A. *educarparacrescer.abril.com.br. educarparacrescer*; Disponível em : <http://educarparacrescer.abril.com.br/index.shtml>. . [Online] 15 de fevereiro de 2014. [Citado em: 21 de Agosto de 2014.]

BANCO DO BRASIL, 2013. FAQ - **Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar - Pronaf.** *Site do BANCO DO BRASIL*. Disponível em: <http://www.bcb.gov.br/?PRONAFFAQ>. [Online] agosto de 2013. [Citado em: 21 de outubro de 2014.]

FOGAÇA, J. **O que são alimentos saudáveis;** Brasil Escola. *www.brasilecola.com*. Disponível em: <http://www.brasilecola.com/saude-na-escola/conteudo/o-que-sao-alimentos-saudaveis.htm>. [Online] 30 de Dezembro de 2014. [Citado em: 08 de janeiro de 2015.]

GADOTTI, Moacir. **A escola e o professor : Paulo Freire e a paixão de ensinar .** São Paulo : Publisher Brasil, 2007. ISBN 978-85-85938-45-1.

GIL, Carlos Antonio. 2008. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** São Paulo : Atlas, 2008. ISBN 978-85-224-5142-5.

IBGE. **Censo Agropecuário da Agricultura Familiar 2006.** Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. *Site do IBGE*. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/economia/agropecuaria/censoagro/agri_familiar_2006/familia_censoagro2006.pdf. [Online] 2009. [Citado em: 23 de OUTUBRO de 2014.]

KAUARK, F. **Metodologia da Pesquisa: Um Guia Prático.** Itabuna : Via Litterarum, 2010.

LUTZ, E.; FALKENBACH, E. M. F.;. 2013. **Salão do Conhecimento - UNIJUÍ 2013.** *www.unijui.com.br*. [Online] 2013. [Citado em: 09 de Janeiro de 2015.]

MDS. *Site do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome.* [Online] [Citado em: 23 de outubro de 2014.] Disponível em: www.mds.gov.br/falemds/perguntas-frequentes/bolsa-familia/programas-complementares/beneficiario/agricultura-familiar.

MEDEIROS, Monalisa Cristina Silva e outros. **Meio ambiente e educação ambiental nas escolas públicas.** in:Âmbito Jurídico - Âmbito Jurídico. *Site do Âmbito Jurídico*. Disponível em: http://www.ambitojuridico.com.br/site/?n_link=%20revista_artigos_leitura&artigo_id=10267&revista_caderno=5#. [Online] 2014. [Citado em: 09 de janeiro de 2015.]

MELLO, R. L. **Agricultura Familiar Sustentabilidade Social Ambiental**. Disponível em: <http://www.ebah.com.br/content/ABAAABub8AL/agricultura-familiar-sustentabilidade-social-ambiental>. <http://www.ebah.com.br/>. [Online] [Citado em: 04 de 07 de 2014.]

LUZ, L. **Orgânicos Descobertos**.. DONNA ZH, pp. pg 14,15,16,17 e 18 de 20/01/2014.

PAIVA, M.R.S.A.Q. medicina net. *site da medicinanet*. **A importância da alimentação saudável na infância e na adolescência**. Disponível em http://www.medicinanet.com.br/conteudos/revisoes/3149/a_importancia_da_alimentacao_saudavel_na_infancia_e_na_adolescencia.htm. 26 de abril de 2010. [Citado em: 22 de janeiro de 2015.]

RIBEIRO, A. **Quanto Vale a Natureza?** 20/08/2010, Época - Edição Verde, p. pg 78 à 86.

RIO GRANDE DO SUL. **Caderno de Educação Alimentar II: educação alimentar e nutricional no âmbito escolar**. Porto Alegre : CORAG, 2014. 9788577702725; 2014.

ROMANELLO, C. e HÜBNER, M. **Uma nova dimensão da Gestão Ambiental: da Produção Agrícola local para a alimentação escolar**. Rev. Eletrônica Mestr. Educ. Ambient. ISSN 1517-1256. Disponível em: <http://www.seer.furg.br/remea/article/view/3366>. [Online] jan/jun de 2013. Acesso em: 18 de novembro de 2014.

RURAL, GLOBO. **Agricultores Familiares diversificam produção para garantir lucro no Paraná**; g1.globo.com. *site da GLOBO.COM*. Disponível em: <http://g1.globo.com/economia/agronegocios/noticia/2014/10/agricultores-familiares-diversificam-producao-para-garantir-lucro-no-pr.html>. [Online] 05 de outubro de 2014. [Citado em: 09 de janeiro de 2015.]

SAUER, Sérgio. **Agricultura Familiar versus agronegócio: a dinâmica sociopolítica do campo brasileiro**. Brasília - DF : Embrapa Informação Tecnológica, 2008.