

10º FÓRUM DE EXTENSÃO E CULTURA DA UEM

BINGO ALIMENTAR: UMA ATIVIDADE LÚDICA COMPLEMENTAR AO ENSINO- APRENDIZAGEM NO ENSINO FUNDAMENTAL

Raquel Siqueira Ferreira¹
Rodrigo Eduardo Ferreira¹
Irene Yukiko Kimura²

O jogo “Bingo Alimentar” foi desenvolvido baseado na pirâmide alimentar adaptada segundo a realidade do cotidiano da maioria das crianças. Os nutrientes são substâncias que compõem os alimentos e que o organismo precisa para viver, para manter a saúde e executar suas atividades, por exemplo, carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e sais minerais. Esses nutrientes fornecem energia para todas as atividades, tais como trabalhar, praticar esportes, funcionamento dos órgãos, promover o crescimento, cicatrização de feridas, substituição das células envelhecidas, etc. Este estudo teve como objetivo proporcionar aos professores e alunos da 5ª série do Ensino Fundamental da Escola Municipal profª. Liduína Alves Gondim Primo, Goioerê, Pr, conhecimentos através de atividade didático-pedagógica concernente ao conteúdo programático da série envolvida. Primeiramente, foi feito um levantamento bibliográfico referente aos diferentes tipos de alimentos e de seus nutrientes. Após, foi confeccionada uma pirâmide alimentar que propiciou a classificação e a exemplificação dos diferentes alimentos. Durante a aplicação da atividade didática foi inicialmente feito uma exposição dos diferentes tipos de alimentos e como eles são classificados, enfatizando as suas propriedades nutricionais. Também, como esses alimentos podem causar benefícios/malefícios à saúde. O jogo “Bingo Alimentar” é composto por perguntas e uma cartela contendo 40 figuras de diferentes tipos de alimentos com a mesma quantidade de figuras individuais (peças) para o sorteio (professora) e 25 cartelas contendo 24 figuras de diferentes tipos de alimentos em cada uma das cartelas e marcadores em EVA (alunos). Na aplicação do “Bingo Alimentar” a professora sorteou uma peça numerada contendo certo alimento e fez a leitura da questão correspondente a esta peça para todos os alunos da sala de aula. Então, os alunos responderam a pergunta, onde a resposta era o alimento que deveriam marcar em suas cartelas, caso o tivesse. As questões foram elaboradas de tal maneira que os alunos tivessem maiores informações possíveis a respeito dos alimentos, tais como se é um carboidrato ou uma gordura ou uma proteína ou se a sua falta ou seu excesso pode causar doença e qual doença, etc. Na sequência, o jogo continuou com o sorteio de outras peças, conforme a regra estabelecida para a premiação. Foi observada uma participação intensa e empolgante dos alunos durante a aplicação da atividade lúdica e a reflexão da importância de ingerir estes alimentos de maneira adequada, visto que o corpo não os produz. Estes conhecimentos adquiridos e fixados de maneira lúdica orientaram de maneira educativa, aos alunos, numa alimentação equilibrada e na prevenção de certas doenças. Desta maneira, contribuindo para a

¹ Discentes do Departamento de Engenharia Têxtil (DET), Universidade Estadual de Maringá (UEM - CRG)

² Profª. Doutora em Química, Departamento de Ciências (DCI), Universidade Estadual de Maringá (UEM – CRG) E-mail: kimurai@hotmail.com.

melhoria do ensino e aprendizagem, propiciando o desenvolvimento cognitivo, a concentração, o raciocínio lógico-dedutivo e a socialização, além de uma aprendizagem dos diferentes tipos de alimentos e de suas características nutricionais.

Palavras-chave: Bingo alimentar. Alimentação saudável. Ensino fundamental.

Área temática: Educação

Coordenadora do projeto: Irene Yukiko Kimura, kimurai@hotmail.com, Departamento de Ciências, UEM - CRG.

Introdução

No cotidiano é muito difícil introduzir alimentos saudáveis, ricos em fibras, vitaminas e minerais em nossa alimentação. Isso ocorre porque temos intensas atividades, na maioria das vezes, deixamos de lado as refeições ou comemos comidas rápidas “fast food”. No mundo contemporâneo as pessoas estão todas com pressa. É de conhecimento geral que alimentação e saúde estão intimamente ligadas. Quando uma pessoa não tem uma alimentação saudável pode como consequência desenvolver alguma doença. Está provado, cientificamente, que as pessoas que se alimentam adequadamente terão saúde ou pelo menos poderão prevenir certas doenças (COLASSO, 2004).

Os nutrientes são substâncias que compõem os alimentos e que o organismo precisa para viver, para manter a saúde e executar suas atividades, por exemplo, carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e sais minerais. Esses nutrientes fornecem energia para todas as atividades, tais como trabalhar, praticar esportes, funcionamento dos órgãos, promover o crescimento, cicatrização de feridas, substituição das células envelhecidas, etc (LUCIA, 2003).

As proteínas são construtoras e estão envolvidas na formação de músculos, manutenção dos tecidos orgânicos, formação de enzimas, hormônios, vários líquidos, secreções corpóreas e na preservação do sistema de defesa. Suas fontes naturais são as carnes, ovos, leite e seus derivados (queijos, iogurte, etc) e leguminosas (soja, feijão, grão de bico, lentilha, etc) (LUCIA, 2003).

Os carboidratos são energéticos fornecedores de energia para o corpo se movimentar, executar trabalhos e viver. São encontrados no açúcar, amido e nas fibras. A função das fibras em nosso organismo é aumentar o volume do bolo fecal, facilitando a eliminação dos excretos. Também são importantes na prevenção de certos tipos de doenças, bem como o combate ao colesterol alto (LUCIA, 2003).

As gorduras são fontes concentradas de energia que podem ser armazenadas. Se o gasto de energia for grande, elas vão ser consumidas. Ao contrário, se comermos certa quantidade de gordura que não é consumida, o organismo a armazena na forma de gorduras, para quando faltar energia, ele buscará os excessos acumulados. Outra função dessas substâncias é dar sabor e textura aos alimentos. São encontradas na gema de ovo, pele de frango, frutos do mar, coco, creme de leite, óleos, margarinas, etc (LUCIA, 2003).

As vitaminas estão presentes em todas as reações químicas do nosso corpo e participam da formação dos ossos e tecidos, previnem certos tipos de câncer e evitam o envelhecimento. Da mesma maneira, os minerais, Alguns estão envolvidos no processo de crescimento. Assim, como algumas vitaminas, eles precisam ser

adquiridos, sendo que os principais e os mais importantes minerais são o cálcio, fósforo, ferro, sódio, potássio, magnésio, manganês, flúor, iodo, cobre e zinco (LUCIA, 2003).

Visto a importância da alimentação buscou-se desenvolver uma forma eficaz para o aprendizado das crianças, utilizando-se o jogo lúdico. Tendo em vista que o ato de brincar é também uma atividade lúdica de aprendizagem. Brincando, ela não apenas se diverte, mas recria e interpreta o mundo em que vive e se relaciona com ele. Brincando, a criança aprende (MALUF, 2000).

Os jogos lúdicos podem ser utilizados para introduzir, amadurecer conteúdos e preparar o aluno para aprofundar conteúdos já ensinados anteriormente. Devem ser escolhidos e preparados com cuidado para levar o aluno a construir conceitos de importância (Groenwald, s/d, p. 2).

Rabioglio (1995) também destacou a importância do jogo na escola. Em seu trabalho fez uma análise da relação jogo–escola e concluiu que o jogo tem grande potencial didático, englobando cultura, interesse do aluno e conteúdos curriculares, possibilitando unir os conhecimentos com os conteúdos da escola.

Petty (1995) analisou a importância que a utilização dos jogos de regras em sala de aula torna o ensino significativo para a criança, já que é extremamente interessante e envolvente. O professor deve ensinar o jogo como um recurso a mais na sala de aula para valorizar o processo de ensino e aprendizagem.

Para Macedo (1995) a novidade dos jogos de regras é o seu caráter coletivo, pois neles as ações devem ser reguladas por convenções que define o que os participantes podem ou não fazer. Como envolvem competição, estes jogos desafiam o aluno a se superar, promovendo a evolução do fazer e compreender.

Portanto, este estudo teve como objetivo proporcionar conhecimentos complementares ao professor e alunos, através de atividade lúdica didático-pedagógica referente ao conteúdo programático “alimentação” da 5ª série do Ensino Fundamental da Escola Municipal profª. Liduína Gondim Primo, Goioerê, Pr.

Materiais e Métodos

O “Bingo alimentar” foi desenvolvido baseado no jogo de bingo numérico comercialmente existente chamado de “Bingo” e aplicado em sala de aula numa turma da 5ª série da Escola Profª. Liduína Alves Gondim Primo, Goioerê, PR, por uma equipe de 2 orientados do curso de graduação Engenharia Têxtil da Universidade Estadual de Maringá, Campus Regional de Goioerê.

A atividade didática-pedagógica foi desenvolvida baseada no conteúdo programático da referida série, utilizando-se como assunto a “alimentação”. Primeiramente, foi feito um levantamento bibliográfico referente aos diferentes tipos de alimentos e de seus nutrientes. Após, foi confeccionada uma pirâmide alimentar que propiciou a classificação e a exemplificação dos diferentes alimentos.

Durante a aplicação da atividade didática foi inicialmente feito uma exposição dos diferentes tipos de alimentos e como eles são classificados, enfatizando as suas propriedades nutricionais. Também, como esses alimentos podem causar benefícios/males à saúde.

O jogo “Bingo Alimentar” (Figura 1) é composto por perguntas e uma cartela contendo 40 figuras de diferentes tipos de alimentos com a mesma quantidade de figuras individuais (peças) para o sorteio (professora) e 25 cartelas contendo 24

figuras de diferentes tipos de alimentos em cada uma das cartelas e marcadores em EVA (alunos).

Na aplicação do “Bingo Alimentar” a professora sorteou uma peça numerada contendo certo alimento e fez a leitura da questão correspondente a esta peça para todos os alunos da sala de aula. Então, os alunos responderam a pergunta, onde a resposta era o alimento que deveriam marcar em suas cartelas, caso o tivessem. As questões foram elaboradas de tal maneira que os alunos tivessem maiores informações possíveis a respeito dos alimentos, tais como se é um carboidrato ou uma gordura ou uma proteína ou se a sua falta ou seu excesso pode causar doença e qual doença, etc. Na sequência, o jogo continuou com o sorteio de outras peças, conforme a regra estabelecida para a premiação.



Figura 1. Jogo didático “Bingo Alimentar”.

Discussão de Resultados

Na exposição dos conteúdos da “Pirâmide Alimentar” referente à classificação dos diferentes tipos de alimentos pode ser explicada a importância desses alimentos (proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas e sais minerais) no nosso organismo. Foi observado que houve intensa participação e interação entre a professora, orientados e os alunos. Pois, os alunos demonstraram interesse na aula, na qual ocorreu num clima prazeroso e descontraído.

Em função de relatos dos alunos em sala de aula foi possível verificar que eles gostaram da atividade, pois a princípio foi despertada a atenção e estimulada o envolvimento deles. Foi verificado que a maioria dos alunos conseguiu estabelecer uma associação com os conceitos e que foi uma maneira de aproximar os conteúdos vistos com o cotidiano deles de forma divertida e dinâmica. Os jogos também são bons auxiliares para o ensino de conteúdos considerados difíceis para a compreensão dos alunos.

GODOI, et al 2010 relata que ...“os alunos se mostram mais estimulados pelo jogo, pois este favorece o acesso a conteúdos científicos de forma lúdica. O jogo contribui com o processo de ensino e aprendizagem, devido a realização desta atividade ser feita de forma descontraída em um ambiente alegre e favorável”.

Portanto, os resultados foram bastante satisfatórios, visto que o jogo de regras compreendido como uma situação-problema a ser resolvida, que leva o aluno a construir recursos cognitivos para solucioná-la, tem sido amplamente apontada como meio que pode desencadear processos cognitivos subjacentes à construção das estruturas do conhecimento, favorecendo o desenvolvimento do raciocínio. Por outro lado, também tem se enfatizado seu uso como recurso didático-pedagógico que pode facilitar a aprendizagem do aluno (VON ZUBEN, 2003, p.44).

Conclusões

A participação empolgante dos alunos e suas respostas rápidas às perguntas propostas demonstraram que as brincadeiras continuam sendo algo de muita eficácia em se tratando do fator ensino-aprendizagem.

Os alunos tiveram oportunidade de conhecer os diferentes tipos de alimentos e seus valores nutricionais. Bem como, ter informações a respeito do que comer para se ter uma alimentação saudável e adequada para se ter saúde. Além disso, foi enfatizado dos benefícios das atividades físicas associados à alimentação saudável para o seu cotidiano.

Os resultados satisfatórios confirmaram o interesse dos alunos, a aquisição e a fixação de conhecimentos sobre uma alimentação equilibrada, de maneira lúdica e educativa, para a prevenção de certas doenças. Portanto, contribuindo para a melhoria do ensino e aprendizagem, propiciando o desenvolvimento cognitivo, a concentração, o raciocínio lógico-dedutivo e a socialização, além de uma aprendizagem dos diferentes tipos de alimentos e de suas características nutricionais.

Referências

COLLAÇO, J. H. L. Restaurantes de comida rápida, os fast-foods, em praças de alimentação de shopping centers: transformações no comer. **Revista Estudos Históricos**, v. 1, n. 33, jan-jun, 2004, p. 116-135.

GODOI, T. A. DE F.; OLIVEIRA, H. P. M. DE; CODOGNOTO, L. Tabela periódica - um super trunfo para alunos do ensino fundamental e médio. **Química Nova na Escola**. Vol. 32, n. 1, Fev 2010, p. 22-25.

GROENWALD, C. L. O.; TIMM, U. T. **Utilizando curiosidades e jogos matemáticos em sala de aula**. Disponível em: <<http://paginas.terra.com.br/educacao/calculo/Artigos/Professores/utilizandojogos.doc>>. Acesso em: 13 mai. 2011.

LUCIA, F. D. **Alimentação e saúde**. São Paulo, dez. 2003. Revista Eletrônica de Ciências. Disponível em: < http://cdcc.sc.usp.br/ciencia/artigos/art_22/alimentacao_saude.html >. Acesso em: 17 jul. 2012

MACEDO, L. Os **jogos e sua importância na escola**. Cadernos de pesquisa, 93, p. 5-10, 1995.

MALUF, A. C. M. **O lúdico é o parceiro do professor**. São Paulo, jan. 2000. Psicopedagogia on line. Disponível em: Psicopedagogia on line. Disponível em: <http://www.psicopedagogia.com.br/artigos/artigo.asp?entrID=270>>. Acesso em: 12 jul. 2012

PETTY, A. L. S. **Ensaio sobre o valor pedagógico dos jogos de regras: uma perspectiva construtivista**. Dissertação de mestrado do Instituto de psicologia da USP. São Paulo, 1995.

RABIOGLIO, M. B. **Jogar um jeito de aprender. Análise do pega-varetas e da relação jogo-escola.** Dissertação de mestrado da faculdade de educação da Universidade de São Paulo, São Paulo, 1995.

VON ZUBEN, R. B. **A construção dialética no jogo de regras Traverse, em alunos com queixas de dificuldades escolares.** Dissertação de mestrado da faculdade de educação da UNICAMP, Campinas, 2003.