

ENTRE GOSTOS, SABORES E LITERATURA: VISANDO UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Priscila Cordeiro Soares Barros¹

Jaqueline Delgado Paschoal²

Resumo

Esse estudo tem o propósito de demonstrar a importância das brincadeiras e da literatura para a construção de hábitos alimentares saudáveis no contexto da Educação Infantil. Acredita-se que a falta de clareza sobre como se trabalhar a alimentação, contribui para práticas equivocadas que valorizam a comida apenas como parte do suprimento de uma necessidade biológica da criança. De caráter bibliográfico e fundamentado na Teoria Histórico-Cultural, pretende-se contribuir para a ampliação do debate sobre a alimentação como elemento essencial na aprendizagem e o desenvolvimento da criança, desde que ensinada de forma intencional, por meio de atividades prazerosas, promovendo o gosto e o hábito pela alimentação saudável desde a mais tenra idade.

Palavras-chave: Educação Infantil. Alimentação. Professora. Criança.

BETWEEN TASTES, FLAVORS AND LITERATURE: AIMING FOR HEALTHY EATING IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION

Abstract

This study aims to demonstrate the importance of games and literature for building healthy eating habits in the context of Early Childhood Education. It is believed that the lack of clarity about how to work with food contributes to mistaken practices that value food only as part of the supply of a child's biological needs. Bibliographic in nature and based on Historical-Cultural Theory, it is intended to contribute to expanding the debate on food as an essential element in children's learning and development, as long as it is taught intentionally, through pleasurable activities, promoting taste and the habit of eating healthy from a young age.

Keywords: Early Childhood Education. Food. Teacher. Child.

¹ Mestre em Educação pelo programa de pós-graduação em Educação pela Universidade Estadual de Londrina. Graduação em Nutrição pelo Centro Universitário Ingá (2011). Atualmente cursando o curso de Pedagogia pela UniCesumar. Bolsista. Email: pbarros18@gmail.com

²Pós-Doutora em Educação pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, UNESP/Campus de Assis, SP. Doutora em Educação pela Universidade Estadual de Maringá/UEM. Mestre em Educação pela Universidade Estadual de Londrina/UEL. Graduação em Pedagogia pela UEL. Docente do Curso do Departamento de Educação da Universidade Estadual de Londrina/UEL. Email: jaquelinedelgado@uol.com.br

Introdução

A alimentação é uma necessidade básica, de sobrevivência, que tem um significado muito maior do que apenas satisfazer uma necessidade física, pois envolve tanto o fator biológico e fisiológico como o social e cultural. Por isso, desde muito cedo, precisa ser ensinada e apropriada, possibilitando assim a chance de escolha da criança por uma alimentação saudável, que irá auxiliar no desenvolvimento tanto físico quanto cognitivo e emocional.

Desde o primeiro suspiro de vida, uma das primeiras coisas que nos é oferecida é a alimentação por meio do leite materno (colostró), algo que para o recém-nascido é natural, biológico, uma que vez que ele já se alimentava no ventre materno, por meio do cordão umbilical e do líquido amniótico. Isso porque o ser humano nasce com reflexos inatos e instintivos que têm como objetivo saciar as necessidades básicas do indivíduo, como é o caso do reflexo de sucção que visa garantir a alimentação nos primeiros meses de vida (MUKHINA, 1996).

Essa forma de se alimentar compreende muito mais do que o simples fato de saciar a fome da criança, pois no contato com a mãe, esse momento agora envolve afeto, carinho, amor, um momento histórico e cultural. Essa relação acontece no decorrer da vida, se aprende as cores e sabores, cheiros e texturas, e assim a memória gustativa começa a formar a história alimentar.

Desde o início da vida, padrões alimentares começam a se formar pelo contato com o outro mais experiente, apesar de uma predisposição inata, que faz parte do indivíduo desde o seu nascimento, de aceite de alguns sabores e outros não, são as relações com o mundo humano, com a cultura a ele apresentada que irá definir suas preferências alimentares. Nesse sentido, a criança aprende e inicia-se no conhecimento do mundo dos alimentos tendo a família e posteriormente, a escola como referência principal na formação dos hábitos alimentares. Assim é que se compreende a alimentação como parte da

cultura elaborada, pois por meio dela é possível a professora³ socializar instrumentos utilizados na alimentação, os alimentos *in natura*, nomes de alimentos, conceitos de uma alimentação saudável (KOEHNLEI E PERALTA, 2011).

Marsiglia (2011) explicita que a escola é uma instituição social que tem como função primordial possibilitar o acesso ao conhecimento sistematizado produzido pela humanidade às novas gerações a fim de que as mesmas avancem a partir do que foi elaborado, além disso, a ação da professora é essencial na organização e sistematização dos conhecimentos que devem apresentar para as crianças. Por outro lado, verifica-se na prática, que a educação alimentar muitas vezes é desenvolvida de forma esporádica, e quando realizada, ocorre sem uma continuidade e num curto período, o que não leva a uma mudança significativa nos hábitos alimentares na infância. (COSTA *et al*, 2014).

Dessa maneira, é possível inferir que não há uma clareza em como a educação alimentar e nutricional deve ser abordada nessa etapa da Educação Básica, por vezes, aparece em documentos oficiais, comprovando sua importância, como algo essencial, que deva ser reconhecida, pensada e elaborada. No entanto, acaba vinculada somente a práticas de cuidado para satisfazer necessidades biológicas e fisiológicas, e não incorporada ao currículo de forma sistemática e como um elemento curricular que pode perpassar as várias áreas do conhecimento

Apesar desse equívoco, é possível afirmar a relevância da educação alimentar e nutricional nas instituições em função de combater o aumento no consumo de alimentos com alta densidade energética, o baixo nível de atividade física, devido à modernização, e o aumento na obesidade infantil. Nessa perspectiva elege-se como problema da pesquisa: “como as práticas pedagógicas podem contribuir para o aprendizado das crianças sobre os

³Considerando a presença maciça de mulheres na Educação Infantil, o termo será utilizado no gênero feminino.

alimentos *in natura* na infância?. No intuito de responder tal questionamento o objetivo principal é demonstrar a importância das brincadeiras e da literatura para a construção de hábitos alimentares saudáveis no contexto da Educação Infantil.

De caráter bibliográfico e fundamentado na Teoria Histórico-Cultural, o estudo se divide em duas seções, sendo que, na primeira, discute os aspectos relacionados ao processo de aprendizagem e desenvolvimento infantil, bem como os elementos constitutivos dessa inter-relação na formação da criança e sua relação com a alimentação. Na segunda seção, apresenta duas proposições didáticas a partir da literatura, das brincadeiras e da musicalização como práticas educativas. Para tanto, se utiliza dos estudos de Galperin, pesquisador e seguidor de Vigotski, que rompeu com a dicotomia entre ações materiais externas e ações mentais internas, considerando as duas como parte de um único processo. Desta maneira, as referidas proposições são apresentadas por meio das etapas propostas por Galperin: etapa motivacional; etapa de elaboração da Base Orientadora da Ação (BOA); etapa material ou materializada; etapa verbal externa; e etapa mental.

Acredita-se que as escolas infantis têm a responsabilidade de proporcionar uma educação nutricional capaz de propiciar às crianças a compreensão da importância de uma dieta equilibrada desde a mais tenra idade. Daí a necessidade de uma ação educativa que promova o acesso ao alimento saudável como parte da cultura rica acumulada historicamente pelas gerações passadas, valorizando essa parte da rotina como componente curricular.

A descoberta dos alimentos na infância

Segundo Vigotski (2008), a aprendizagem consiste em uma série de aquisições de habilidades, conhecimento, valores, experiências que são acumuladas pela interação com o adulto desde o nascimento, ou seja, está sempre imbricada com o desenvolvimento e a interação social. Para o autor,

essas experiências que são vividas em família ou em outros contextos, são consideradas como ponto de partida, conhecimentos prévios que serão importantes na apropriação de outros mais elaborados. Isso significa dizer que a educação familiar e outros tipos de ambientes e relações que a criança estabelece com o adulto são relevantes para a perspectiva sócio-histórica.

É fato que a criança aprende muito antes de entrar na escola, por isso, “não podemos negar que a aprendizagem escolar começa no vácuo, mas é precedida sempre de uma etapa definida de desenvolvimento, alcançado pela criança antes de entrar para a escola”, segundo Vigotsky (2005, p.33). De acordo com o pensamento do autor, pode-se aferir que a criança aprende e se desenvolve por meio do que lhe é oferecido na vida em sociedade desde que nasce, mesmo que por alguns conteúdos espontâneos.

Assim, a alimentação é um dos primeiros elementos com os quais a criança tem contato nas suas primeiras aprendizagens. Logo, percebe-se ser um fator de extrema significância por muitos aspectos, pois envolve todos os sentidos, sendo eles: o tato, a audição, a visão, o olfato e o paladar. O tato – em algumas tradições existe o costume de se comer com as mãos, o que possibilita o aperfeiçoamento do tato em relação à comida, porém precisa-se do tato para poder segurar os utensílios que nos auxiliam na hora de comer, como a colher, o garfo, a faca.

A audição – estudos mostram que em interação com os outros sentidos, a audição auxilia no controle do apetite e da saciedade (CAMBRAIA, 2004). Esses sentidos normalmente não são relacionados à alimentação, mas são extremamente importantes relacionados aos outros sentidos e não somente ao paladar de forma fragmentada. A visão – tem um ditado popular em que se diz “comer com olhos”, a beleza da comida tem a capacidade de nos levar a imaginar que se a comida é bonita, também é gostosa. O olfato – o cheiro da comida é algo marcante e importante porque ele ajuda a determinar o sabor do alimento (PALHA NETO, *et.al.*, 2011). O paladar – “comer devagar faz a vida durar” diz um provérbio conhecido, ele refere-se à importância de

saborear os alimentos, que envolve fatores químicos e sensoriais (CAMBRAIA, 2004), mas que também é modificado pelas nossas experiências alimentares.

Esses sentidos têm recíproca relação com as funções psicológicas superiores defendidas por Vigotski (2008, p. 37) em seus vastos campos de estudos sobre o desenvolvimento do psiquismo, o qual defende que o mesmo ocorre por meio da interação com o outro e que se enraíza “nas ligações entre a história individual e histórica social”. Dentre as várias funções, a que explica a relação com a alimentação é a da percepção e sensação, embora haja um reconhecimento entre os estudiosos de que todas as funções psíquicas devam ser tratadas numa visão de totalidade. Assim, o processo funcional da sensação tem uma estreita associação com a conhecimento e apropriação dos objetos, ou a captação da sua forma natural, sendo esse processo a iniciação para o mundo da consciência.

Martins (2013) afirma que a formação dos órgãos dos sentidos é condicionada à exposição do indivíduo aos estímulos ambientais, de modo que a qualidade desse desenvolvimento não advém apenas de sua base fisiológica, mas, sobretudo, da cultura sensorial na qual este está condicionado. Smirnov *et al* apud Martins (2013) explicita que:

A sensação reflete as qualidades isoladas dos objetos e fenômenos do mundo material as quais atuam diretamente sobre os órgãos dos sentidos. Como requisito primário no tratamento dispensado pelo organismo aos estímulos do meio, o processo sensorial assenta-se, do ponto de partida (isto é, de sua gênese), em bases essencialmente naturais, representadas fundamentalmente pelos analisadores. (SMIRNOV *ET AL* APUD MARTINS, 2013, P. 122).

Nessa condição, o ato de comer, se alimentar, envolve o sujeito humano por inteiro, tanto o fisiológico e o biológico como também toda sua memória, história, cultura, família, envolve ouvir, compartilhar, dividir. “Afinal, a aprendizagem alimentar não é somente de nutrição e de afeto. Ela também é social e, por isso, fortemente cultural”. (THÉVENOT E NAOURI, 2004, p. 75).

Thévenot e Naouri (2004) afirmam que a relação com o que comemos está intimamente ligada à maneira como o alimento nos foi apresentado desde a nossa tenra infância. Assim, a valorização de hábitos alimentares saudáveis se inicia no momento da alimentação, na medida em que a criança tem as preferências influenciadas pela experiência e pela observação. Deste modo, cabe ao adulto apresentar os alimentos para a criança, explorando todos os sentidos (visão, olfato, paladar, tato, audição) mediante as cores e formas, cheiros e perfumes frescos, gostos e sabores, texturas e temperaturas, sons e conversas.

Quanto à alimentação saudável enquanto prática educativa, Arce (2018, p. 37) reconhece que a escola tem papel fundamental, quando desempenha o trabalho educativo de forma intencional, pois “os professores acabam atuando de forma incisiva nesse processo, ao direcionar atividades voltadas para tal fim, entusiasmando as crianças pela comida e sua preparação”. Dessa forma, é fundamental que a professora saiba observar e interagir, para conhecer as especificidades da criança, para possibilitar o aproveitamento máximo da hora da alimentação, estando consciente que a alimentação deve ser compreendida não apenas no aspecto de satisfação da fome, mas como forma de preservação da saúde e da vida, e também concebida como aspecto educacional, cultural, social, afetivo.

Inúmeras atividades, que envolvam os alimentos, podem ser desenvolvidas com as crianças, alguns estudos apontam o benefício do cultivo de hortas pelas crianças, um deles foi desenvolvido por Dudley, Cotton e Peralta (2015), em que associando a produção de hortas com estratégias de ensino pela professora, há o aumento no consumo de vegetais.

A exploração sensorial, segundo Arce (2018, p.38), é uma atividade eficaz de exploração dos alimentos, que tem sido desenvolvida em vários países, com resultados positivos na construção dos hábitos alimentares saudáveis, pois “o objetivo é levar a criança a ter uma relação positiva, prazerosa com a comida, expandindo seus horizontes alimentares, tornando-a

aventureira no mundo da comida”. Assim, o encantamento com a alimentação deve fazer parte do processo de ensino e aprendizagem na Educação Infantil, possibilitando à criança a capacidade de escolha por uma alimentação saudável e o acesso ao que tem de mais elaborado na cultura com relação à variedade de alimentos: frutas, verduras, legumes, cereais, leguminosas, proteínas, dentre outros.

Encantando as crianças no universo da literatura e das brincadeiras

Considerando que a Educação Infantil se constitui como espaço de formação da criança, acredita-se que todos os momentos que envolvem a rotina das instituições devem ser organizados de maneira educativa. A alimentação, por exemplo, deve ser planejada e implementada de modo que favoreça o gosto e o hábito por alimentos saudáveis, seja com os bebês ou com as crianças maiores. Nesse sentido, tanto as brincadeiras como as vivências com a literatura auxiliam nessas interações, por isso, as instituições devem garantir um ambiente aconchegante e um espaço rico de experiências sonoras e de objetos que a criança possa ver, pegar, morder bater, iniciando com eles sua experiência de tato no mundo.

Segundo Zilberman (2012, p.117) o contato com a literatura acontece muito antes da criança saber ler, por meio de livros e das histórias contadas, essa familiaridade “pode ser motivadora da aprendizagem das crianças, conduzidas essas ao contato com os livros em casa, entre os pais e amigos, ou na sala de aula, quando da frequência à educação infantil”. Desse modo, a literatura por meio da contação é extremamente importante, pois ler histórias é proporcionar um mundo de possibilidades, é despertar a curiosidade e emoções e abrir caminho para novas aprendizagens.

O contato desde a mais tenra idade com os livros possibilita a criança se “libertar dos limites impostos pela realidade imediata, permitindo que transite por um mundo de fantasia, no qual colhe elementos para lidar com seus

sentimentos, inclusive com suas dificuldades e frustrações”. (MICARELLO E BAPTISTA, 2018, p. 171). Ao ouvir e contar histórias ela tem a oportunidade de interagir de modo mais criativo e emancipatória na realidade em que vive, já que a mediação do outro, seja na figura da professora ou de uma pessoa mais experiente, potencializa a experiência estética com o texto.

Isso porque, no texto literário, a linguagem, signo por meio do qual o sujeito por excelência constitui sua subjetividade, se apresenta de forma outra daquela que assume na vida cotidiana: revestida de beleza, e de inventividade. A experiência com a literatura é, pois, essencialmente, uma fonte inesgotável de estesia. (MICARELLO E BAPTISTA, 2018, p. 172).

Assim como a literatura, a brincadeira possibilita à criança apreender e se apropriar da cultura acumulada historicamente, por meio da atividade humana socializada. É por meio dessa relação que a criança conhece seu corpo, interage com o outro, age no mundo humano, inicialmente com a manipulação dos objetos até a imitação, ou seja, a criança comporta-se como os adultos no momento em que interage com os outros na brincadeira. (ARCE, 2013). Desse modo, o ato de brincar e as experiências com a literatura, diz respeito também “a uma dimensão corporal, de acolhimento aos gestos, entonações, trocas de olhares, sorrisos e afagos que se fazem presentes nos momentos nos quais alguém mais experiente lhes conta ou lê uma história. (MICARELLO E BAPTISTA, 2018, p. 172).

Esta seção, portanto, apresenta duas propostas de ações didáticas por meio da contação de história, e também brincadeiras e músicas que tratam do conteúdo da alimentação na Educação Infantil. Como subsídios metodológicos, foi eleito os estudos de Galperin, pesquisador contemporâneo e seguidor de Vigotski, especialmente aqueles relacionados à psicologia. Entende-se que a Teoria Histórico-Cultural possibilita o embasamento teórico e metodológico, capaz de propiciar um atendimento de mais qualidade nessa etapa da Educação Básica.

O estudioso Piotr Yakovlevich Galperin nasceu em outubro de 1902, em Tambov, na Rússia, mas se mudou ainda jovem para Kharkov. Aos 17 anos, foi acometido pela tuberculose e devido à doença lia muitos livros da biblioteca de seu pai, um médico especialista em otorrinolaringologia, principalmente livros de filosofia e psicologia (BASSAN, 2012). Cursou medicina e psicologia em Kharkov e foi nessa época que começou participar do grupo de estudos de Leontiev e deu continuidade às teorias de Vigotski, sendo que, a partir delas, desenvolveu conceitos de sua própria teoria.

De acordo com os estudos de Galperin, pode-se conceber que “o ensino que conduz ao desenvolvimento é o sistêmico-teórico, cujos princípios estão presentes em sua Teoria da Formação das Ações Mentais por Etapas”. (BASSAN, 2012, p. 57). Mediante sua teoria, o autor foi capaz de superar a dicotomia entre ações materiais externas e ações mentais internas, considerando as duas ações como parte de um único processo.

Para uma melhor compreensão das ações mentais, o autor separou esse processo em etapas, que acontecem por meio da internalização da ação, ou seja, um processo de construção da consciência assim dividido: etapa motivacional; etapa de elaboração da Base Orientadora da Ação (BOA); etapa material ou materializada; etapa verbal externa; e etapa mental.

Na etapa motivacional a principal função é despertar o interesse da criança para o conteúdo que será apresentado, preparando-a assim para que ocorra assimilação desses novos conhecimentos. Nesse momento, não é introduzido nenhum conteúdo, mas a criação da disposição para que ocorra a aprendizagem do objeto da atividade, ou seja, apresentar uma necessidade que leve a criança querer realizar a ação (DOMINGOS, 2017).

A próxima etapa descrita por Galperin (1987, p. 129) é o estabelecimento do esquema da BOA, que se constitui como “conjunto de condições segundo as quais, de fato, o aluno é orientado durante a execução da ação”. A BOA se trata de uma orientação teórica, e não ainda a ação propriamente dita, ou seja, sua representação se dá nas condições e

procedimentos para que a execução da ação ocorra de forma precisa. Desse modo, a BOA se compõe da seguinte forma: orientação, execução e controle, que, apesar de serem “distintas, uma não existe sem a outra: as condições da orientação interferem na execução e sem essa não há produto, não há resultado.” (BASSAN, 2012, p. 71).

De acordo com Galperin, Zaporózhets e Elkonin (1987, p. 303), “a base orientadora da ação, ou seja, o conjunto de circunstâncias em que, de fato, a criança se orienta durante a execução da ação, tem importância decisiva para caracterizar sua parte orientadora.”. Como pode-se observar, o ensino e a organização do trabalho pedagógico são extremamente importantes para que ocorra o desenvolvimento da ação mental. Após o estabelecimento dessas duas primeiras etapas, que se dão por meio da orientação, a realização das ações pelo indivíduo se desenvolve por meio de três etapas – material, verbal e mental.

A etapa de formação da ação do plano material ou materializado se dá quando a ação está relacionada diretamente com o objeto, ou seja, da relação da criança em contato com o objeto da atividade de estudo, podendo ser desenvolvida em grupos. As crianças se apropriam dos conhecimentos a respeito do objeto ao passo que a professora monitora a realização das operações desenvolvidas (DOMINGOS, 2017).

Assim como na etapa anterior, na etapa verbal externa a linguagem é importante no processo de internalização, pois por meio dela é possível estabelecer relação com o outro, e, a partir daí, se apropriar da cultura acumulada historicamente, que é transmitida de forma verbal. Nessa etapa, a criança passa a executar verbalmente o reflexo da ação material na forma verbal externa para que então ocorra a transformação na ação teórica, mental (DOMINGOS, 2017). Considerando-se aqui as diversas linguagens, tanto verbal quanto a não verbal, dentre elas: a oral, a escrita, o desenho, os gestos, os sinais, a música, entre outros.

A última etapa descrita por Galperin (1987) é a etapa mental, que ocorre quando a ação inicial se transforma em pensamento, ou seja:

Um pensamento sobre a ação, no qual o conteúdo sensorial inicial da ação se converte em um destinatário distante, enquanto o pensamento sobre a ação aparece como algo puramente psíquico. Nesse caso a ação objetiva e o pensamento sobre ela constituem os elos terminais de um processo único e em sua sucessão genética esboçam o quadro de uma transformação do processo material em processo psíquico. (GALPERIN, 1987, p. 126).

Nessa etapa, a linguagem externa passa a ser interna, propiciando a estruturação do pensamento pelo sujeito. Nesse momento, a criança passa a agir de forma mais independente, pois os conteúdos necessários para a realização de determinada atividade foram internalizados. Para Galperin (1987), todas as etapas têm igual importância para que ocorra o processo de formação de novas funções psíquicas, sendo que se as ações passarem pelas etapas, o processo de internalização ocorrerá de forma a promover a formação de uma ação mental.

Desta forma, o trabalho pedagógico com a alimentação pode ser desenvolvido por meio da literatura, já que esta deve ser concebida como algo que dá prazer, deleite, cheia de descobertas envolvidas de encantamento. Ao contar a história deve-se envolvê-la de humor, brincadeira, divertimento, e por meio dela suscitar nas crianças a curiosidade, os sentimentos, desejos como também promover a aprendizagem de novos conteúdos, além do desenvolvimento integral da criança, conforme proposições a seguir.

O livro do autor Simeon Marinkovic, ilustrado por Dusan Pavlic, sua 2ª edição foi impressa no ano de 2015, este conta uma história muito divertida e cheia de rimas.

Livro 1: O que Ana sabe sobre alimentos saudáveis



Fonte: Marinkovic (2015)

A história se inicia abordando sobre higiene, em seguida, a perspectiva de Ana sobre a comida e como ela come, onde eles encontram e compram os alimentos, depois fala sobre as bebidas (refrigerante, sucos e água) e por fim, o que Ana e seus amigos sabem sobre os alimentos. Toda narrativa é feita por meio de perguntas feitas sobre Ana e respostas que algumas vezes, são respondidas por ela, mas para ver a resposta é preciso abrir uma parte da folha que está dobrada, escondendo a resposta.

A partir dessa história pode-se trabalhar muitos conteúdos com as crianças na escola como: a importância da higiene pessoal e dos alimentos, consumo de doces e produtos industrializados, comportamento social, hortas, feiras e produtos frescos, *in natura*, a importância da água e consumo de sucos naturais. A professora deve levantar esses questionamentos antes de contar a história, a fim de despertar a curiosidade e a imaginação das crianças, configurando a primeira etapa descrita por Galperin (1987).

Segundo Galperin (1987) na segunda etapa, ocorre a elaboração do conhecimento por meio da relação estabelecida de aprendizagem entre professora-criança, portanto inicia-se a atividade contando a história, em seguida pode-se propor a brincadeira “*Eu já sei morder?*”, que consiste em dispor várias frutas como: banana, maçã, manga, melancia, laranja, limão, pera, dentre outras. A professora poderá cortar cada uma das frutas apresentadas em um recipiente separado, e após solicitar que as crianças cheirem as frutas, falem o nome e as diferenças que existem entre elas.

O papel da professora será mediar o processo de conhecimento desses alimentos, e depois pode-se seguir para o passo da prova das frutas, uma criança de cada vez. Essa atividade favorece o desenvolvimento da percepção e sensação, das diferenças de cheiro, sabor (doce e azedo) e de textura (macio, crocante, duro), e também do barulho (som) enquanto come. Outro aspecto que pode ser trabalhado é a questão de que devemos morder somente os alimentos e não o outro, mostrando figuras de pessoas, crianças, personagens de desenho mordendo frutas, essa demonstração pode fazer com que a criança supere a fase da mordida ao colega que muitas passam.

Conforme Arce (2013, p. 24) “a brincadeira, em seu estágio mais evoluído, possibilita o desenvolvimento da imaginação tão cara aos processos criativos.”. A brincadeira é uma atividade que faz parte da vida das crianças desde pequenas, a qual se vincula ao processo de interação com o outro mais experiente, sendo que, mediado por este é possibilitado a aprendizagem e o desenvolvimento, ou seja, ao brincar a criança se desenvolve. Dessa maneira, quanto mais ricas forem as situações oferecidas pelos adultos, melhores serão os motivos e conteúdos das brincadeiras. Como parte dessa brincadeira, estão os jogos, que de acordo com Elkonin (1987)

O jogo tem importância não apenas para aqueles processos psíquicos que estão diretamente incluídos nele (por exemplo, a imaginação, o pensamento), mas também para os que podem não estar ou que, em todo caso, estão vinculados ao jogo de maneira indireta (por exemplo, a memória). No processo do jogo, não somente se desenvolvem funções psíquicas isoladas, mas também tem lugar a transformação da psique da criança como um todo. (ELKONIN, 1987, p. 84)

Nesse sentido, a próxima atividade diz respeito ao jogo “*Colhendo as frutas*”, em que a professora coloca figuras de árvores frutíferas. A imagem deverá conter frutas, mas de uma forma que as crianças consigam tirar as frutas das árvores, e paralelo à disposição das árvores é preciso providenciar também duas cestas, em uma estará escrito azedo e na outra doce.

Nessa parte da atividade é importante orientar as crianças que peguem as frutas que estão nas árvores e coloquem no cesto de acordo com o sabor, doce ou azedo. Em seguida, apresenta-se algumas frutas *in natura*, das que estavam na atividade e com elas pode-se preparar um suco com a ajuda das crianças, para que elas possam aprender que as frutas podem ser comidas *in natura* ou bebidas, em forma de sucos. Com isso, estabelece-se assim a terceira etapa, formação da ação no plano material, que se caracteriza pela ação sobre os objetos, em que as crianças “se apropriam do conteúdo da ação, enquanto o professor acompanha as operações que são desenvolvidas”. (BASSAN, 2012, p. 72).

Como última proposição didática, se propõe a atividade “*Minha fruta favorita*”, em que se solicita aos pais que mandem a fruta que a criança mais gosta. Na sala de aula, a professora poderá pedir para que cada criança, fale as características da fruta (nome, sabor, cor, textura), pois nessa etapa “são intensificadas as relações comunicativas entre o estudante e destes com o professor para que a ação sobre o objeto de estudo seja efetivada” (BASSAN, 2012, p. 72). Nesse momento é possível observar as duas últimas etapas, formação da ação no plano da linguagem externa e mental, nas quais a criança se apropriou do conhecimento e consegue realizar a atividade sozinha. Para encerrar, canta-se a música “Pomar” (2013), do grupo *Palavra Cantada*, com a finalidade de evidenciar o conteúdo aprendido e assim despertar a curiosidade das crianças para outras frutas que elas ainda não conhecem.

O quadro 1 apresenta as atividades proposta a partir da história “O que Ana sabe sobre... Alimentos Saudáveis”, baseados nas etapas em Galperin (1987), a fim de uma melhor visualização de cada ação didática para cada etapa respectiva.

Quadro 1: Ações didáticas de acordo com suas etapas.

	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª
Etapa	Motivacional	Elaboração da Base Orientadora da Ação	Formação da ação no plano material	Formação da ação no plano da linguagem externa	Mental
Atividades	- Questões com relação a conceitos que o livro traz, como: a importância dos alimentos, consumo de doces e produtos industrializados, produtos frescos, <i>in natura</i> .	- Leitura do livro “O que Ana sabe sobre... Alimentos Saudáveis”; - - Eu já sei morder?	- Colhendo as frutas - Suco de frutas	- Música “Toda comida boa!” - Minha fruta favorita	

Fonte: elaborado pelas autoras.

O livro da autora Lucie Albon, publicado no Brasil no ano de 2013, com sua 3ª impressão no ano de 2018, conta a história engraçada de uma ratinha chamada Lili e seu companheiro Henrique, que tem uma horta e estão sempre enfrentando os problemas que acontecem, chuvas e frio, bichos comendo as verduras, ervas daninha, mas de uma forma divertida.



Fonte: Albon (2018)

Conforme a história, no decorrer dos meses, os dois ratinhos colhem verduras ou legumes de acordo com as estações. Sempre brincando e ajudando um ao outro, por fim preparam uma bela refeição com esses alimentos. No intuito de iniciar as atividades, como primeira proposição didática, recomenda-se que a professora levante questões sobre o livro, antes de lê-lo, para despertar o interesse e a curiosidade das crianças, e até mesmo a criatividade. A seguir se lê o livro e realiza a atividade “*De onde vem a cenoura?*”, caracteriza-se a formação da BOA essa atividade, em que começa-se com uma brincadeira, na qual são colocados vários cartazes com setas que seguem para a horta (caso a escola tenha) ou para um cartaz com a imagem de uma horta, para explicar às crianças a cenoura é plantada, onde ela cresce, qual a época do ano é feita a colheita.

Após esse momento, já na sala de aula, a professora prepara uma caixa de papelão com algumas cenouras dentro, com caule e folhas, e pergunta para as crianças o que elas acham que tem na caixa, em seguida, é preciso despertar a curiosidade deles perguntando o que tem dentro da caixa, depois solicitar que coloquem a mão para sentirem a textura, tamanho e a diferença entre elas.

Para encerrar, apresenta-se a cenoura in natura e também preparada de diferentes formas para que as crianças possam sentir o cheiro, a textura e os diferentes sabores da cenoura. Para isso, a professora pode dispor a cenoura crua ralada, cozida, um creme (salgado) e um bolo de cenoura, sempre incentivando as a provarem em todas as preparações, e uma forma de estimular a criança é provando junto com elas.

A próxima ação didática chamada “*Qual é a minha cor?*”, poderá ser realizada em grupo, na qual deverá se formar dois grupos, disponibilizando imagens preto e branco de vegetais e frutas, com a finalidade de serem pintadas depois, e dois quadros, sendo que em um deve estar escrito VERDE e

no outro LARANJA, para que as crianças possam colocar cada figura no lugar adequado de acordo com o seu quadro.

Por fim, apresenta-se os alimentos das figuras para que as crianças possam conferir a cor desses alimentos, se é a mesma cor na casca e na polpa, além disso, a atividade oferece que a criança sinta a textura e o sabor, e descobrir se existe relação com a cor e o sabor do vegetal ou da fruta. Definindo-se assim, as duas últimas etapas, formação da ação no plano verbal e mental que, segundo Galperin (1987, p. 126), “esboçam o quadro de uma transformação do processo material em processo psíquico”. O quadro 2 apresenta as etapas propostas pelo autor e as atividades sugeridas de acordo com o livro “A horta da Lili”, com o objetivo facilitar a compreensão.

Quadro 2: Ações didáticas de acordo com suas etapas.

	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª
Etapa	Motivacional	Elaboração da Base Orientadora da Ação	Formação da ação no plano material	Formação da ação no plano da linguagem externa	Mental
Atividades	- Questões com relação a conceitos que o livro traz, como: a cor dos alimentos, de onde eles vem, como cultivá-los	- Leitura do livro - De onde a cenoura vem? - Comer a cenoura <i>in natura</i> e preparações	- Qual é a minha cor? - Pintar com as mãos os alimentos	- Música “Gostosuras naturais” - Provar verduras e frutas	

Fonte: elaborado pelas autoras.

Fundamentado em autores da Teoria Histórico-Cultural, procurou-se propor ações didáticas que promovem hábitos alimentares saudáveis de forma

efetiva e possível na Educação Infantil, como ponto de partida para possibilidade se inserir e criar novas atividades que auxiliem a prática pedagógica. No sentido de sugerir outras possibilidades para se trabalhar a alimentação na Educação Infantil, apresenta-se no quadro 3, uma lista de livros que tratam sobre alimentação.

Quadro 3: Sugestões de livros que falam sobre a alimentação

	Título	Autor	Ano	Editora
	Por que alimentar-se bem?	Samanta C. de Andrade e Viviane L. Vieira	2011	Papagaio
	Você é o que você come?	Darling Kindersley	2016	Moderna
	Brincando com os alimentos	Juliana Augusto Sanches Bonato e Juliana de Almeida Queiróz Parra	2019	Metha LTDA
	Brincando de Nutrição	Eliane Mergulhão e Sonia Pineiro	2019	Metha LTDA
	Salada de frutas: cores e opostos	Nara Raggiotti	2020	Carochinha
	De onde vêm os alimentos?	Emily Bone	2018	Usborne
	Tudo começa na semente: como os alimentos crescem	Emily Bone	2018	Usborne

	O menino que não gostava de comer	Simone Magno	2016	Oficina
	Sabores incríveis	Flávia Muniz e Márcia Kupsta	2012	Melhoramentos
	É hora do almoço!	Rebecca Cobb	2018	Melhoramentos

Fonte: elaborado pelas autoras.

Todas as ações pedagógicas devem ser planejadas e organizadas, nesse sentido a teoria de formação das ações por etapas de Galperin (1987), propõe orientações metodológicas para a organização do ensino no intuito de promover a aprendizagem e desenvolvimento das crianças de maneira plena. Para que haja o entendimento correto dessa proposta, o processo formativo é indispensável, tanto o inicial como o continuado, concebendo-se a formação “como uma trajetória de formação de indivíduos, intencionalmente planejada, para a efetivação de determinada prática social.” (MARTINS, 2010, p.14).

Nesse sentido, ressalta-se a relevância da formação continuada, pois para que a prática seja eficaz é necessário que seja fundamentada pela teoria, havendo assim uma relação dialética entre elas, uma coexistindo com a outra, ou seja, “afirma-se a unidade indissolúvel entre os opostos, e isso demanda reconhecer a essencialidade prática de toda e qualquer teoria, bem como a essencialidade teórica de toda e qualquer prática.” (MARTINS, 2010, p. 26).

Baseado nos pressupostos da Teoria Histórico-Cultural a criança é concebida como um devir a ser, assim, entende-se que deve ser ensinada. Nesse contexto, pode-se constatar que a escola tem um papel fundamental na formação da criança no sentido de oferecer as máximas possibilidades para

que ocorra a apropriação da cultura alimentar, ou seja, quanto mais complexa e rica a prática sócio-histórica maior será a possibilidade de desenvolvimento.

Considerações Finais

A alimentação, muito mais que saciar a fome, envolve percepção, os sentidos (visão, olfato, paladar, tato e audição), memória, ou seja, as funções psicológicas superiores. Isto significa que faz parte do ser humano, incluindo tanto o fisiológico, o biológico como a história, cultura, família, memória. Dessa maneira, vai muito além da nutrição, abrangendo outros aspectos que englobam a formação integral do sujeito, como os fatores sociais, culturais, educacionais, dentre outros.

Nessa perspectiva, se reconhece o papel da escola infantil no sentido de promover o aprendizado com relação aos alimentos, propiciando à criança conhecê-los, pegá-los, senti-los, comê-los, promovendo, assim, o encantamento que faz parte da alimentação pela descoberta de novos sabores, texturas, gostos, temperaturas, e possibilitando, dessa forma, a escolha por uma alimentação saudável.

A fim de trabalhar a alimentação de forma lúdica, em conformidade com a Teoria Histórico-Cultural, utilizou-se os estudos de Galperin, em que, por meio da contação de histórias, brincadeiras, jogos e músicas, foram propostas ações didáticas levando-se em consideração as etapas de formação das ações mentais. Isso porque, essa teoria busca promover a aprendizagem e desenvolvimento efetivo dos conhecimentos científicos uma vez que proporciona condições para a criança atuar de maneira mais autônoma.

Para isso é necessário que a professora se aproprie dessa Teoria como forma de encaminhar o trabalho pedagógico nessa etapa da Educação Básica, visto que a formação continuada se torna imprescindível para a promoção de uma prática que possibilite formas criativas e fundamentadas a fim de proporcionar o direito de escolha da criança por uma alimentação saudável.

Referências

ALBON, Lucie. **A horta da Lili**. São Paulo: Melhoramentos, 1ª ed., 3ª imp., 2018.

ARCE, Alessandra. Interações ou brincadeiras? Afinal o que é mais importante na educação infantil? In: ARCE, Alessandra (org.). **Interações e brincadeiras na educação infantil**. Campinas: Alínea, p. 17-39, 2013.

ARCE, Alessandra. **Educação infantil**: alimentação, neurociência e tecnologia. Campinas: Editora Alínea, 2018.

BASSAN, Larissa Helyne. **Teoria da formação das ações mentais por etapas, de P. Galperin, e o processo de humanização**. Tese de Doutorado. Programa de Pós-graduação em Educação da Faculdade de Filosofia e Ciências, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Marília, 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular – BNCC** 3ª versão. Brasília, DF, 2017.

CAMBRAIA, Rosana Passos Beinner. Aspectos psicofisiológicos do comportamento alimentar. Rev. Nutr. vol.17 n.2 Campinas Apr./Jun, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/rn/i/2004.v17n2/>. Acesso em: 10/11/24.

COSTA, Gabriela Giordano et al. Efeitos da educação nutricional em pré-escolares: uma revisão de literatura. Com. **Ciências Saúde**, v. 24, p. 155-168, 2014.

DOMINGOS, Tatiana Custódio. **Do desenho à escrita**: contribuições da Teoria Histórico-Cultural para a organização do ensino da linguagem escrita. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-graduação em Educação Escolar, Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2017.

DUDLEY, Dean A.; COTTON, Wayne G.; PERALTA, Louisa R. Teaching approaches and strategies that promote healthy eatery in primary school children: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activities*, v.12, n.28, p. 1-26, 2015. Disponível em:

<https://www.integrativenutrition.com>. Acesso em: 10 de novembro de 2024.

ELKONIN, Daniil Borisovich. Sobre el problema de la periodización del desarrollo psíquico en la infância. In: DAVÍDOV, Vasili Vasilievich; SHUARE, Marta. (org.). **La psicología evolutiva y pedagógica en la URSS**. URSS: Editorial Progreso, 1987.

GALPERIN, Piotr Yakovlevich. Sobre la investigación del Desarrollo intelectual del niño. In: DAVÍDOV, Vasili Vasilievich; SHUARE, Marta. (org.). **La psicología evolutiva y pedagógica en la URSS**. URSS: Editorial Progreso, p. 125-142, 1987.

GALPERIN, Piotr Yakovlevich; ZAPORÓZHETS, Alexander Vladimirovich; ELKONIN, Daniil Borisovich. Los problemas de la formación de conocimientos y capacidades en los escolares y los nuevos métodos de enseñanza em la escuela. In: DAVÍDOV, Vasili Vasilievich; SHUARE, Marta. (org.). **La psicología evolutiva y pedagógica en la URSS**. URSS: Editorial Progreso, p. 300-315, 1987.

KOEHNLEIN, Eloá Angélica; PERALTA, Rosane Marina. Alimentação de pré-escolares e escolares: estudos e proposições aos profissionais da educação. In: **A função social da escola: das políticas públicas às práticas pedagógicas**. (Org.) CHAVES, Marta; SETOGUTI, Ruth Izumi; VOLSI, Maria Eunice França. Maringá: Eduem, p. 217-230, 2011.

MARINKOVIC, Simeon. **O que Ana sabe sobre alimentos saudáveis**. São Paulo: Volta e Meia, 2ª ed., 2015.

MARSIGLIA, Ana Carolina Galvão. **A prática pedagógica histórico-crítica na educação infantil e ensino fundamental**. Campinas: Autores Associados, 2011.

MARTINS, Lígia Márcia. O legado do século XX para a formação de professores. In: MARTINS, Lígia Márcia; DUARTE, Newton (org.). **Formação de professores: limites contemporâneos e alternativas necessárias**. São Paulo: Cultura Acadêmica, p. 13-32, 2010.

MARTINS, Lígia Márcia. **O desenvolvimento do psiquismo e a educação escolar: contribuições à luz da psicologia histórico-cultural e da pedagogia histórico-crítica**. Campinas: Autores Associados, 2013.

MELLO, Suely Amaral. As práticas educativas e as conquistas de desenvolvimento das crianças pequenas. In: RODRIGUES, Elaine; ROSIN, Sheila Maria (org.). **Infância e práticas educativas**. Maringá: Eduem, p.11-22, 2007.

MICARELLO, Hilda. BAPTISTA, Mônica Correia. Literatura na educação infantil: pesquisa e formação docente. **Educar em Revista**, Curitiba, Brasil, v. 34, n. 72, p. 169-186, nov./dez. 2018. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/educar/issue/view/2438>. Acesso em: 10 de outubro de 2024.

MUKHINA, Valéria. **Psicologia da idade pré-escolar**. Tradução: Claudia Barlinet – São Paulo: Martins Fontes, 1996.

PALAVRA CANTADA. **Pomar**. 2013. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=kfinwr3A9fg>>. Acesso em: 08 de novembro de 2024.

PALHA NETO, Francisco Xavier *et.al.* Anormalidades sensoriais: olfato e paladar. Arquivos, Int. Otorrinolaringol. (Impr.) vol.15 no.3 São Paulo July/Sept. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br>. Acesso em: 05 de novembro de 2024.

THÉVENOT, Brigitte; NAOURI, Aldo. **Conversando sobre bebês: do nascimento aos 3 anos**. Tradução Viviane Ribeiro. Bauru: EDUSC, 2004.

VIGOTSKI. Lev Semyonovich. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. 7ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

VIGOTSKI. Lev Semyonovich. Aprendizagem e Desenvolvimento Intelectual na Idade Escolar. In: Alexis Leontiev [et al.]. **Psicologia e Pedagogia: Bases Psicológicas da Aprendizagem e do Desenvolvimento**. São Paulo: Centauro, 2005, p. 25-42.

ZILBERMAN, Regina. **A leitura e o ensino da literatura**. Curitiba: Ibpex, 2012.



Criar Educação, Criciúma, v. 14, nº1, jan/jul 2025.– PPGE – UNESC – ISSN 2317-2452

Recebido em Outubro de 2024
Aprovado em Fevereiro de 2025