



ENEPEX

ENCONTRO DE ENSINO,
PESQUISA E EXTENSÃO

8º ENEPE UFGD • 5º EPEX UEMS

PIRÂMIDE ALIMENTAR: MONTAR E CONHECER

**Elicléia Maria de Souza Silva¹; Dhayane Aparecida Vicente Ponço¹; Denise Breuer dos Santos¹;
João Cloves Stanzani Dutra²**

UEMS- 79740-000- Ivinhema-MS, - E-mail: eli-cleia@hotmail.com

¹ Bolsista de Iniciação Científica da UEMS. ²Professor Orientador, Bolsista PIBID/CAPES

Pirâmide alimentar é um instrumento, sob a forma gráfica, que tem como objetivo orientar as pessoas para uma dieta mais saudável. É um guia alimentar geral que demonstra como deve ser a alimentação diária para uma população saudável. As atividades práticas proporcionam determinadas aprendizagens, diferenciando-se do material pedagógico tradicional, por conter aspectos lúdicos vindo a somar positivamente no processo de ensino-aprendizagem. A atividade teve por objetivo apresentar a pirâmide alimentar de forma dinâmica e atrativa, despertando o interesse e ajudando a entender a quantidade de nutrientes necessárias para o nosso cotidiano. Foram recolhidos caixotes de madeira sendo pintados e numerados de acordo com a numeração contida na pirâmide. Os estudantes do 8º Ano obtiveram um embasamento teórico sobre a organização dos alimentos na pirâmide alimentar e suas funções, acompanhado de recursos tecnológicos utilizando a lousa digital e realizando a montagem de uma pirâmide virtual. A atividade prática foi realizada com a divisão dos estudantes em grupos. Cada grupo recebeu uma folha controle contendo um esboço de uma pirâmide vazia. Os alunos observaram os alimentos dispostos em uma mesa e iniciaram a montagem da pirâmide utilizando os caixotes de madeira, seguido da introdução dos respectivos alimentos nos caixotes, finalizando com anotações da sequência dos alimentos no esboço. Todos os grupos interagiram durante a montagem estimulando o interesse dos estudantes e contribuindo com o aprendizado referente ao tema.

Palavras-chave: Alimentos - Nutrientes - Pirâmide alimentar

Agradecimento: À CAPES, pelas Bolsas PIBID

Apoio Financeiro: CAPES