

ANEXO III

FORMULÁRIO DA VERSÃO ELETRÔNICA DO PROJETO / DA ATIVIDADE DE EXTENSÃO PBAEX – 2016

01. Título do Projeto

Higiene e Nutrição

02. Temporalidade/Duração e Carga Horária

Data Início	Data Término	Duração	Carga Horária Semanal	Carga Horária Total
18/04/2016	18/10/2016	6 meses	10h	240h

03. Área(s) Temática(s) da Política de Extensão do IFRR envolvida(s) no Projeto

<input type="checkbox"/> Comunicação	<input type="checkbox"/> Meio Ambiente
<input type="checkbox"/> Cultura	<input checked="" type="checkbox"/> Saúde
<input type="checkbox"/> Direitos Humanos e Justiça	<input type="checkbox"/> Tecnologia e Produção
<input type="checkbox"/> Educação	<input type="checkbox"/> Trabalho

04. Programa da Política de Extensão do IFRR ao qual o projeto está vinculado

- Extensão Rural e Orientação Técnica ao Homem do Campo e aos APLS Urbanos e Rurais.
 Educação Profissional, Esporte, Cultura e Lazer
 Educação Profissional, Tecnologia Social e Cidadania

05. Público- Alvo e Local de Execução do Projeto

- Alunos dos Ensino Fundamental da Escola Municipal Professor Hildemar Pereira de Figueredo, localizada no município de Rorainópolis-RR.

06. Objetivo Geral (O que se pretende alcançar ao final do projeto?)

- Verificar os hábitos alimentares dos educandos e conhecer a relação entre higiene pessoal e alimentação;

07. Objetivos Específicos (Desdobramento do Objetivo Geral, orientam as metas a serem alcançadas por meio dos indicadores físicos)

- Propor alternativas de vida saudável sobre a temática alimentação e nutrição, contribuindo para melhoria de hábitos alimentares saudáveis;

- Explanar sobre algumas doenças relacionadas à ausência de higiene e alimentação adequada;
- Promover a criação de uma receita culinária, junto aos alunos baseada numa alimentação saudável, usando alimentos regionais.
- Estimular as crianças a repassarem as boas maneiras de alimentação saudável para sua residência

08. Justificativa (Detalhar o porquê do Projeto e demonstrar a relação com o Ensino e a Pesquisa)

Sabe-se que a alimentação e nutrição exercem grande influência sobre o indivíduo, também constituem requisitos básicos para a promoção e proteção da saúde, da capacidade de trabalhar, estudar e divertir-se, sua higiene, sua aparência, enfim, seu estilo de vida, possibilitando, assim, a afirmação plena da potência de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania. No entanto, os hábitos alimentares têm modificado nos últimos anos, pelo frequente consumo por milhões de habitantes do planeta, de alimentos altamente nocivos a saúde, sendo a maior causa das chamadas doenças modernas, como obesidade, diabetes, depressão, doenças cardíacas, alterando, assim, o estilo de vida das pessoas. A mídia é um dos fatores que mais contribuem para o desequilíbrio alimentar, tendo em vista que, as propagandas exercem influência considerável na consolidação de hábitos de consumo. (BALBACH et al, 1992). Nossas crianças e jovens são os mais atingidos, principalmente, pela sua vulnerabilidade, pois facilmente são bombardeados pela tempestade publicitária, pelas cores, aromas e sabores, tudo isso são formas de conquistar e agradar ao consumidor, através da visão, do paladar, do olfato. Entretanto pouco se fala do ponto de vista da saúde e nutricional. Assim também os cuidados com a limpeza do nosso corpo, do alimento e do ambiente onde vivemos, são hábitos que devem ser cultivados para conservação da higiene física, mental e social, sendo essenciais para manter boas condições de saúde e bem estar. Daí a preocupação, principalmente da escola e da família exercer seu papel, este projeto é grande relevância, justamente porque contempla isto, valoriza e incentiva hábitos saudáveis de alimentação e higiene, através da reeducação alimentar, com alimentos regionais e naturais de forma a satisfazer as necessidades do organismo, trazendo melhoria na qualidade de vida.

09. Impactos e Resultados esperados (Que benefícios são esperados?)

- Conhecer a importância de uma boa alimentação para o organismo;
- Melhorar a qualidade de vida dos discentes;
- Aumentar a imunidade e reduzir infecções;
- Prevenção obesidade infantil;
- Hábitos de higiene.

10. Descrição das atividades do Projeto (Detalhar o que será executado com o Projeto)

- Apresentação do projeto aos alunos
- Realizar observação e registro das principais refeições do dia dos alunos.
- Comparar os alimentos consumidos pelos os alunos com a pirâmide alimentar.
- Realizar uma oficina com frutas regionais
- Elaborar cartazes com ajuda dos alunos sobre os malefícios da falta de higiene e má alimentação.

11. Metodologia (Detalhar como o Projeto será executado)

- Propor aos alunos que observe e relacione os alimentos consumidos em seu cotidiano, em casa, na escola, etc.
- Socialização, discussão e interpretações individuais e coletivas, com expressão oral e escrita, através de textos, sobre os alimentos mais consumidos pelos os alunos, através de aula expositiva dialogada.
- Aprofundar o conhecimento em grupos, através de pesquisa, para apresentação em classe e confecção de cartazes e outros materiais, fazendo a relação entre higiene, o papel dos alimentos, saúde e as principais doenças causadas pela má alimentação e higiene, afim de conhecer os hábitos higiênicos e alimentares dos educandos e contribuir para sensibilização de hábitos saudáveis de alimentação e higiene adequados
- Listar e conceituar as principais doenças causadas pela ausência de higiene e alimentação adequada;
- Solicitar que comparem o seu cardápio com o que será mostrado;
- Durante as aulas expositivas dialogadas serão apresentadas algumas atividades lúdicas através de pistas, charadas e atividades em artes, levando o aluno a vivenciar situações de forma lúdica, assimilando mais efetivamente os conceitos desenvolvidos;
- Fazer comparação de alimentos saudáveis com os que oferecem riscos a nossa saúde;

12 Avaliação e verificação de Resultados (De que maneira o Projeto será avaliado?)

- A avaliação será contínua e permanente durante a execução das atividades.

13. Impactos e Resultados Esperados (Que benefícios são esperados?)

- Conscientização de uma boa alimentação para o organismo;
- Melhorar a qualidade de vida dos discentes;
- Aumenta a imunidade e reduz infecções;

- Prevenção obesidade infantil
- Hábitos de higiene

14. Cronograma de Execução do Projeto/Programa/Atividade (distribuição das atividades ao longo do período de duração do projeto/programa/da atividade)

Atividade	Mês 1	Mês 2	Mês 3	Mês 4	Mês 5	Mês 6
Apresentação do projeto	x					
Realizar observação e registro das principais refeições do dia dos alunos.		x				
Comparar os alimentos consumidos pelos os alunos com a pirâmide alimentar.			x			
Realizar oficina				x		
Elaborar cartazes					x	
Exposição de todo material para a comunidade escolar.						x
Apresentação do projeto	x					