



ANEXO III

FORMULÁRIO DA VERSÃO ELETRÔNICA DO PROJETO / DA ATIVIDADE DE EXTENSÃO PBAEX – 2017

01. Título do Projeto

Orientação sobre bons hábitos alimentares na prevenção de doenças, para estudantes do 6º ano, da escola Pedro Elias, em Boa Vista-RR

02. Curso de Formação do Bolsista

Ciências Biológicas

03. Temporalidade/Duração e Carga Horária

Data Início	Data Término	Duração	Carga Horária Semanal	Carga Horária Total
17/04/2017	17/10/2017	6 meses	10h	240h

04. 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 checked="" type="checkbox"/> Educação | <input type="checkbox"/> Trabalho |

05. Programa da Política de Extensão do IFRR ao qual o projeto está vinculado (marque SOMENTE um)

- 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
 Resultados de pesquisas desenvolvidas no âmbito do PIBICT 2016 aplicáveis na comunidade

06. Público- Alvo e Local de Execução do Projeto

Estudantes do 6º ano e comunidade escolar, na escola estadual, Pedro Elias Albuquerque Pereira, situada no bairro Jóquei Clube na cidade de Boa Vista-RR.

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

Desenvolver estudo no ambiente escolar sobre a prática da alimentação saudável, levando aos estudantes, conhecimento sobre educação alimentar, por meio de medidas educativas e nutricionais, contribuindo assim para uma melhor qualidade de vida dos mesmos.

08. Objetivos Específicos (Desdobramento do Objetivo Geral orientam as metas a serem

alcançadas por meio dos indicadores físicos)

Despertar nos estudantes a forma correta de se alimentarem; evitando assim futuros problemas de saúde.

Expor aos estudantes a importância da alimentação saudável e equilibrada;

Estimular bons hábitos alimentares neles, buscando estilo de vida saudável como prevenção ao aumento de casos de obesidade e doenças degenerativas na adolescência, para que haja mais adultos saudáveis.

Construir neles a consciência de como se alimentar de maneira adequada, econômica, saudável e multiplicá-los à família.

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

É importante criar ações para favorecer a promoção de hábitos saudáveis na escola e levar ao ambiente familiar, pensando nisso e na influência que a escola exerce na vida do estudante, foi desenvolvido o seguinte projeto, que visa à promoção da saúde e atitudes mais saudáveis para viver hoje e no futuro.

Assim, um trabalho que contribua para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis é primordial. Nesse sentido, o ambiente familiar e a escola são lugares privilegiados para que práticas de educação alimentar sejam realizadas. (BRASIL, 2001)

Tal como o aluno aprende na escola os conhecimentos científicos e os hábitos sociais que lhe permitirão enfrentar os problemas da vida na comunidade, também deve aprender a adquirir os conhecimentos e os hábitos de saúde, que lhe permitirão alcançar o maior grau possível de saúde, física, mental e social (SANMARTI, 1988, apud PRECIOSO 2004)

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

No início será feito um questionário de perguntas relacionadas ao consumo de alimentos saudáveis e nocivos a saúde bem como as doenças mais comuns causadas pelo excesso ou deficiência de algum alimento, seu valor nutricional, qual o tipo de alimentação entre outras questões, isso com todas as turmas de 6º ano da escola;

Logo em seguida haverá realização de palestras educativas;

Verificação do IMC de cada estudante.

Confecção de cartazes mostrando alimentos industrializados e naturais com os alunos e expor para a comunidade escolar

Assistirão filmes sobre o tema: Os alimentos

Os estudantes farão uma pequena entrevista com as merendeiras da escola, com questões elaboradas por eles.

Debate com os estudantes sobre casos de doenças familiares como provável consequência de maus hábitos alimentares. Na finalização haverá uma palestra com profissionais ligados ao tema (Nutricionista e Educador Físico) Todas essas atividades serão desenvolvidas no âmbito escolar em conjunto com a comunidade escolar.

12. Metodologia (Detalhar como o Projeto será executado)

O presente projeto será realizado na escola estadual Pedro Elias Albuquerque, no município de Boa Vista-RR. A aplicação do mesmo será com as turmas de 6º ano, do ensino fundamental cujo nível socioeconômico é variável e que possuem pouco acesso a informação.

Para introduzir o tema será feito uma sondagem de conhecimentos dos mesmos através de um questionário previamente elaborado para as turmas, que irá apontar hábitos alimentares, alimentos mais consumidos em casa e na escola, verificando as escolhas de cada um, a frequência das refeições, se há restrição na quantidade de carboidratos e lipídios. Em seguida, haverá uma palestra expositiva complementada por vídeos visando despertar a curiosidade e motivar o desejo à informação, finalizando esta etapa será proposta a eles a elaboração de cartazes com textos sobre o tema incluindo a pirâmide alimentar.

O próximo passo será a avaliação do Índice de Massa Corpórea (IMC) do estudante; com a intenção de informar a eles, seu estado nutricional e orientá-los em relação ao seu comportamento alimentar, buscando corrigir os erros encontrados.

Posteriormente os estudantes assistirão a um filme sobre obesidade na adolescência, dando continuidade a execução do projeto os estudantes farão questões de caráter investigativo para que as merendeiras os respondam sobre como é confeccionada a merenda fornecida pela escola (os ingredientes, se há variedades de verduras, farão sugestões, o cardápio etc.) incitando-os a conhecer os hábitos alimentares da sua escola.

Em seguida faremos uma mesa redonda a fim de conhecer os hábitos de cada um verdadeiramente, falando sobre familiares, como é no dia a dia de cada um, se há parentes com alguma doença ligada a maus hábitos alimentares (diabetes, hipertensão, obesidade, anorexia, etc.)

Para complementar e finalizar o projeto será proposta uma ultima palestra com uma nutricionista e um educador físico, com o intuito de sanar todas as duvidas restantes em relação ao tema.

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

Haverá exposição com os trabalhos do estudante, onde os funcionários da escola o questionarão sobre o que apreenderam durante a execução do projeto, devendo, os estudantes orientá-los sobre hábitos alimentares saudáveis.

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

Espera-se com esse projeto, adolescentes mais saudáveis, livres de doenças ligadas ao consumo excessivo de industrializados e fast-food e conscientes sobre o que é vida saudável, famílias e escola cada vez, mais utilizando bons hábitos alimentares.

15. 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
Levantamento teórico, sondagem e palestra	x	x				
Produção de cartazes com as turmas, filme, IMC e entrevista com merendeiras			x	x		
Mesa redonda palestra com profissionais, avaliação e degustação de alimentos saudáveis					x	x