

# **COLORINDO MEU PRATO: UM JOGO PARA ESTIMULAR O CONSUMO DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

## **II Encontro de Iniciação Acadêmica**

Ian Matheus da Silva Vieira, Rayza Alana do Carmo da Rocha, Gabriel Saraiva Girão Gonçalves, Aline Ribeiro Pinheiro, Francisco Hélio Coutinho Neto, Paulo Henrique Machado de Sousa

Sabendo a importância que tem uma alimentação correta na saúde e bem-estar das crianças, o jogo “colorindo meu prato” vem apresentar de forma dinâmica e ilustrativa alguns dos principais grupos de alimentos que precisamos para ter uma vida mais saudável ilustrados em cores variadas. Este trabalho foi realizado através de uma pesquisa de natureza descritiva, de cunho qualiquantitativo, de campo e desenvolvida a partir da entrevista de pais e professores de alunos com idade de três a cinco anos de duas turmas de infantil 3 da Unidade Universitária Federal de Educação Infantil da UFC, localizada em Fortaleza-CE. Na primeira etapa da pesquisa o jogo foi desenvolvido com as seguintes peças: um manual de instruções, um dado gigante com diferentes cores, quatro pratos de cores, 40 discos de alimentos, quatro discos com a água, uma cartilha educativa. Para jogar, deve ser apresentada a cartilha educativa como forma de introdução aos alimentos; formar quatro grupos de três a seis participantes, de forma que cada grupo fique com a mesma quantidade de participantes; entregar os pratos de cores para cada grupo e distribuir os discos na parte central do ambiente de “cabeça pra baixo” para que não vejam a figura do alimento; posicionar em local diferente os discos de água, com a imagem à mostra; a primeira equipe iniciará o jogo arremessando o dado que indicará a cor do alimento que será colocado no prato pela equipe. Será considerada vencedora, a equipe que preencher completamente o seu prato com cinco cores diferentes + coringa (água), retirando-se do jogo para que as próximas equipes continuem a jogar até que todos completem seus pratos. Os idealizadores também sugerem a utilização de frutas, legumes e hortaliças, de preferência in natura, para substituir os discos. Na próxima etapa da pesquisa será a utilização do jogo pelos alunos, na tentativa de observar suas reações para melhoria do instrumento e seus possíveis impactos na educação alimentar das crianças.

Palavras-chave: Gastronomia. Jogos. Educação Infantil. Jogos com comida.