



## BRINCANDO COM AS LETRAS DOS ALIMENTOS

### **Autores:**

Ana Paula Dias Macena  
Andréia Harumi Mizukoshi Ribas  
Gabriel Otávio Santos  
Gabriel de Ávila Lapa  
Pedro Henrique Castilho  
Bruno Martins Dala Paula  
Débora Vasconcelos Bastos Marques

**Tema:** Educação alimentar e nutricional, uma associação de formação de palavras e alimentação saudável

### **Apresentação:**

O jogo “Brincando com as letras dos alimentos” é uma alternativa de aprendizagem lúdica, destinado principalmente às crianças, acima de 5 anos. Este trabalho foi desenvolvido com o intuito de facilitar o conhecimento e a descoberta de novos alimentos para que os participantes expandam seu repertório e tenha maior noção da existência de vários alimentos através do jogo “Brincando com as letras”. Nesse sentido, o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) enfatiza que se deve sempre promover uma alimentação saudável baseada em todos os grupos alimentares, especialmente alimentos *in natura* ou minimamente processados, e, ao mesmo tempo, faz-se necessário apoiar e incentivar hábitos alimentares desde a infância.

No campo educacional, o jogo está associado à função lúdica, propiciando o prazer, a diversão e, ao mesmo tempo, conduzindo ao aprendizado por meio da sua função educativa. Ele contribui para o

MACENA, A.P.D.; RIBAS, A.H.M.; SANTOS, G.O.; LAPA, G.A.; CASTILHO, P.H.;  
DALA PAULA, B.M.; MARQUES, D.V.B. Brincando com as letras dos alimentos. Alfenas:  
UNIFAL-MG, 2020.

desenvolvimento de habilidades físicas, afetivas, sociais, morais e cognitivas (MENDES et al., 2019).

Quando desenvolvidos visando à aprendizagem de conteúdos, os jogos possuem potencial para tornar-se uma importante ferramenta de aprendizagem, para despertar o interesse das crianças em seus conteúdos. Isso porque serão abordados dentro de um ambiente lúdico, ao contrário das salas de aula nas escolas, que geralmente são expositivas (FERREIRA; CARVALHO, 2004).

### **Objetivos:**

O objetivo desse jogo é propiciar por meio da ludicidade a reflexão sobre a alimentação na busca da adoção de hábitos saudáveis, bem como apresentar novos alimentos aos participantes e incentivar o consumo dos mesmos. Além disso, aproveitar desse momento para estimular a alfabetização, por meio da formação de palavras iniciadas com as letras correspondentes aos alimentos componentes do tabuleiro, uma vez que o jogo pode ser um recurso pedagógico para complementar o ensino em sala de aula.

### **Instruções para jogar:**

O jogo compreende um tabuleiro com algumas imagens de alimentos, sendo em sua maior parte considerados saudáveis e que provavelmente a criança ainda não teve muito contato, para que ela o relacione com as letras sorteadas.

Em anexo, o arquivo com as figuras de alimentos para impressão dos adesivos que foram colocados sobre um papel cartão (tabuleiro). Para as letras, deve-se cortar uma tira de papel cartão, e fracioná-la em 26 quadrados, escrevendo cada letra em um quadrado. Além desses itens, são necessários um dado e marcadores (botões).

As instruções do jogo estão como arquivo em anexo. Mas, é importante saber:

- 1) Cada jogador terá que encontrar um alimento com a inicial de cada letra e colocar uma pecinha sobre a imagem.

MACENA, A.P.D.; RIBAS, A.H.M.; SANTOS, G.O.; LAPA, G.A.; CASTILHO, P.H.; DALA PAULA, B.M.; MARQUES, D.V.B. Brincando com as letras dos alimentos. Alfenas: UNIFAL-MG, 2020.



- 2) O primeiro que encontrar todos terá que gritar “tema”, ou em caso de jogadores com deficiência auditiva, simbolizar essa palavra através de um sinal em libras, para mostrar que é o vencedor da rodada. Assim, esse jogo estimula a memória por proporcionar a assimilação das imagens com as letras o que ajuda na assimilação dos nomes dos alimentos, além de despertar interesse pelo sabor daqueles alimentos que muitos consideram ruins sem ao menos ter experimentado.

### **Dificuldades que podem ser apresentadas durante o jogo:**

Dificuldade para encontrar somente alimentos considerados saudáveis com todas as letras, o que levou a uma alteração da ideia primitiva, adicionado alimentos de todos os tipos e excluindo as letras as quais não apresentavam alimentos condizentes com a realidade dos jogadores. Essa medida foi importante pois ajudou na promoção de um maior interesse nas crianças transmitindo, mesmo que de forma indireta, a relação do que é saudável com o que não é saudável. E também, é possível associar o que se deve comer mais do que se deve comer menos, por ter uma maior quantidade de imagens de alimentos saudáveis. Dessa forma, mostra-se que não é necessário excluir as gostosuras do cardápio, mas adequá-las para continuar com uma vida vigorosa. E, como esse jogo é destinado a crianças com idade superior a 5 anos trabalhar com jogos que estimulam a memória inicia a construção de significados do que se passa ao redor e de situações e fenômenos a serem compreendidos.

### **Referências**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2ª edição, Brasília, 2014b. 156 p. Disponível em: <[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)>. Acesso em: 12 fev. 2020.

FERREIRA, M. C.; CARVALHO, L. M. O. de. A evolução dos jogos de Física, a avaliação formativa e a prática do professor, **Revista Brasileira de Ensino de Física**, v.16, n. 1, p.57-61, 2004.

MACENA, A.P.D.; RIBAS, A.H.M.; SANTOS, G.O.; LAPA, G.A.; CASTILHO, P.H.; DALA PAULA, B.M.; MARQUES, D.V.B. Brincando com as letras dos alimentos. Alfenas: UNIFAL-MG, 2020.



MENDES, A. N. F. et al. O ensino da pirâmide alimentar e a construção do hábito saudável por meio do lúdico: um estudo de caso. **Educitec**, Manaus, v. 05, n. 11, p. 234-252, jun. 2019.

MACENA, A.P.D.; RIBAS, A.H.M.; SANTOS, G.O.; LAPA, G.A.; CASTILHO, P.H.;  
DALA PAULA, B.M.; MARQUES, D.V.B. Brincando com as letras dos alimentos. Alfenas:  
UNIFAL-MG, 2020.

