

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSIDADE ABERTA  
DO BRASIL – PÓLO FORMOSA-GO

Elza Gomes Dourado

**A IMPORTÂNCIA DA MERENDA ESCOLAR NO COTIDIANO ESCOLAR**

Goiânia -GO

2013

Elza Gomes Dourado

## **A IMPORTÂNCIA DA MERENDA ESCOLAR NO COTIDIANO ESCOLAR**

Monografia apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Goiás como requisito para a finalização do Curso de Licenciatura em Educação Física do Programa UAB da Universidade Federal de Goiás – Pólo Formosa-GO

Professor(a) Prof(a) Maria Sebastiana

Goiânia -GO

2013

Elza Gomes Dourado

## **A IMPORTÂNCIA DA MERENDA ESCOLAR NO COTIDIANO ESCOLAR**

Esta monografia foi aprovada em sua versão final \_\_\_\_\_

Goiânia, 14 de Dezembro de 2013.

Maria Sebastiana

---

Prof(a) . Dr (a)

Orientador

## DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho especialmente aos meus familiares, pelo quanto à colaboração deles foi fundamental para que eu tenha alcançado os meus ideais de formação profissional e pessoal.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus, por ter me concebido o dom da vida.

Aos meus pais por ter me incentivado nos estudos e terem me apoiado em todos os momentos da minha caminhada, por estarem me orientando em todas as decisões educacionais e profissionais.

Agradeço aos mestres e, especialmente a minha professora orientadora que nunca deixou que eu desanimasse e desistisse dessa caminhada rumo a novos saberes.

Enfim, a todos que confiaram na minha capacidade, na minha proposta de estudo e trabalho.

## **LISTA DE TABELAS E QUADROS**

## EPÍGRAFE

As vezes, só uma mudança de ponto de vista é suficiente para transformar uma obrigação cansativa numa interessante oportunidade.

Albert Flanders

## RESUMO

O desenvolvimento e aprendizagem da criança em idade escolar tem uma relação direta com o tipo de alimentação que a criança recebe. A fase de crescimento e desenvolvimento necessita que a criança seja saudável para se desenvolver de forma satisfatória. Crianças mal nutridas e sedentárias provavelmente apresentam déficit, devido às carências a que ficam expostas. Nesse sentido, na década de 80 foi criado o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), visando oferecer uma alimentação adequada às crianças para assegurar uma melhor aprendizagem e desenvolvimento infantil. No decorrer dos anos esse programa sofreu alterações, porém ainda é e tem muita importância no cotidiano escolar e deve assegurar pelo menos 15% das necessidades energéticas diárias das crianças. Este estudo teve como objetivo investigar a importância da merenda no cotidiano das atividades escolares de uma escola pública de Planaltina de Goiás. Para isso, foi realizada uma pesquisa exploratória e descritiva com a utilização dos seguintes instrumentos: questionários com os alunos, testes de equilíbrio com os alunos, roteiro de entrevista com os professores e o coordenador da merenda na escola.

Palavras-chave: **Desenvolvimento infantil, Merenda Escolar, Escola.**

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO _____	10
2 OBJETIVOS _____	12
CAPÍTULO I _____	13
CAPÍTULO III _____	27
CAPÍTULO IV _____	30
CONSIDERAÇÕES FINAIS _____	39
REFERÊNCIAS _____	42
Apêndice 1, 2 e 3 _____	45

# 1 INTRODUÇÃO

O desenvolvimento psicomotor da criança em idade escolar tem uma relação direta com o tipo de alimentação que a criança recebe. A fase de crescimento e desenvolvimento necessita que a criança seja saudável para decorrer de forma satisfatória. Crianças mal nutridas e sedentárias provavelmente apresentam déficit, devido às carências a que ficam expostas.

Esse déficit pode estar relacionado ao desempenho que a criança apresenta, tanto no aspecto cognitivo quanto no desenvolvimento psicomotor. Sabendo-se que a carência nutricional para as crianças, pode trazer danos significativos na fase escolar, a partir dos anos 80 passou a fazer parte da pauta de discussões sobre a escola, o Programa Nacional de Alimentação Escolar. Nesses últimos 30 anos, este programa passou por varias mudanças na forma de administração.

O déficit nutricional que a criança apresenta, certamente pode causar danos significativos não só para o desenvolvimento físico, mas, sobretudo, para danos nos aspectos cognitivos. A preocupação com as recomendações nutricionais para a criança e adolescentes deve fazer parte dos cuidados com a nutrição, tanto família e na escola, portanto a merenda deve ser planejada levando-se em conta, que na maioria das casas as crianças não conseguem alcançar os valores necessários (SANTOS, 2003)

Existe ainda uma questão a ser discutida: alunos que esperam complementar as suas carências nutricionais com o lanche da merenda escolar. Sabe-se que a educação, em casa ou na escola, contribui de forma decisiva na formação de hábitos, inclusive dos hábitos alimentares, portanto, a escola pode melhorar a qualidade da alimentação e o desenvolvimento da criança através da alimentação sadia.

Além disso, as atividades físicas desenvolvidas no interior da escola podem auxiliar os alunos a melhorar seu desempenho físico, porém para que essas atividades físicas e outras requerem que a criança esteja bem nutrida.

Este trabalho tem como objetivo investigar a importância da merenda escolar no contexto escolar, avaliando a percepção dos professores sobre esse fenômeno, bem como o coordenador da merenda e os alunos.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Investigar a importância da merenda escolar no cotidiano da Escola

### **2.2 Objetivo(s) específico(s)**

Identificar como é produzida a merenda escolar e o cardápio dentro da escola.

Averiguar a aceitabilidade da merenda escolar pelos alunos

Identificar a relação da alimentação escolar e alguns aspectos das habilidades motoras e cognitivas.

Identificar a percepção dos professores sobre a importância da merenda para a rotina escolar.

## **CAPÍTULO I**

### **ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA**

A alimentação influencia a saúde e, conseqüentemente todo o desenvolvimento motor e cognitivo dos indivíduos, no caso das crianças essa influência é ainda maior, pois vai repercutir na performance das crianças, tendo em vista que eles exercitam o corpo constantemente em jogos e brincadeiras.

O fato de que o gasto de energia para a criança é maior, pois eles estão em constante movimento quer seja em brincadeiras, jogos e práticas esportivas lúdicas, exige que elas tenham uma alimentação equilibrada e que seja capaz de repor as energias gastas nas atividades rotineiras.

Esse fato indica que tanto em casa, quanto na escola, a criança deveria ter uma alimentação saudável. Estudos na área de desenvolvimento psicomotor da criança indicam que a falta da alimentação saudável vai repercutir de forma negativa na performance da criança nas atividades físicas. Baseado nessas pesquisas a OMS reconheceu que a merenda escolar precisa ser capaz de suprir pelo menos em parte as carências nutricionais dos escolares, especialmente nos anos iniciais de escolarização.

O reconhecimento de que características da dieta influenciam o estado de saúde dos indivíduos determinou que a Organização Mundial de Saúde elaborasse, em 2004, a Estratégia de Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde. Seguindo essas recomendações, o Brasil implementou a Estratégia de Promoção de Práticas Alimentares e Estilos de Vida Saudáveis, no âmbito da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. As ações, direcionadas aos indivíduos nos diferentes estágios da vida, visam à prevenção e ao controle das doenças crônicas não-transmissíveis, da desnutrição e das deficiências nutricionais específicas (BRASIL, 2006 apud CONCEIÇÃO et al 2010).

Pesquisas publicadas comprovam que tanto a obesidade quanto a desnutrição podem interferir de forma negativa na performance dos escolares, no desenvolvimento das atividades físicas. Esses resultados publicados em Conceição et al (2010); Santos (2012);

A alimentação adequada, em quantidade e qualidade, fornece ao organismo das crianças a energia e os nutrientes necessários para que eles tenham um bom desempenho e para a manutenção da saúde. Portanto, essa

é uma fase da vida da criança que requer dos pais e de todos os envolvidos na alimentação da criança, maior cuidado e atenção.

Durante a etapa escolar, a fase entre os seis aos doze anos, o crescimento é caracterizada como lento e constante. Este é um grupo etário que tem suas próprias necessidades nutricionais diferindo das outras fases de crescimento, pois nesta fase a criança tem novas funções que requerem maior quantidade energética com aporte vitamínica e mineral adequado (ACCIOLY, SAUNDER, LACERDA, 2004 apud SAVOIA et al, 2009).

A escola é um meio de aprender, conhecer e passar valores tendo em vista o tempo que a criança permanece nela. Partindo da cooperação, realização de projetos e programas envolvendo a comunidade sobre o meio ambiente, práticas de esportes e atividades físicas, doenças e uso de drogas. A escola cumpre com seu papel social na formação do ser humano. (SANTOS, 2012)

Complementando as estimativas das necessidades mínimas da criança, em relação aos gastos que a criança tem, e ainda levando-se em conta que a maioria das famílias não tem condições de oferecer uma dieta balanceada para essas criança, deveria caber a escola oferecer através da merenda a necessidade de repor esses déficits de alimentação, evitando que as carências nutricionais tragam prejuízos para as mesmas.

Segundo Santos (2002, p.195) vários fatores interferem negativamente na alimentação escolar: a) omissão da refeição matinal ou desjejum incompleto; b) baixo consumo de leite, hortaliças e frutas e excessiva ingestão de balas, doces e refrigerantes; c) seleção de alimentos ao arbítrio da criança, sem conhecer o valor nutritivo dos alimentos que consome.

Tendo essa vista a importância da alimentação na capacidade de desempenho do aluno nas atividades, buscou-se analisar como o que a alimentação pode influenciar na forma com que o aluno desenvolveria as atividades nas aulas de Educação Física. Sabendo-se que a merenda escolar é uma das principais, senão a mais significativa que o aluno recebe ao longo do dia, portanto, é preciso avaliar como essa merenda/alimentação chega para o aluno na escola.

O Manual da Gestão de Merenda Escolar (2004) destaca que a merenda para ser considerada nutritiva tem sempre três tipos de alimentos no prato, por exemplo: a) Algum tipo de carne, pode ser peixe e frango também, ou ovo; b) Arroz ou feijão, ou os dois juntos, polenta, ou macarrão; c) Alface, tomate, cenoura, beterraba ou outras verduras e legumes ou ainda frutas, qualquer que seja, pois todas fazem bem à saúde.

O desenvolvimento da criança sofre ganhos significativos na infância para a adolescência, isso se refere ao peso e altura, esses resultados serão satisfatórios se a criança tiver uma boa qualidade de vida e alimentação. Sabe-se que os hábitos alimentares errados e o sedentarismo trarão sérios prejuízos para a criança nessa fase, o que certamente vai repercutir no seu desenvolvimento global (SAVOIA, 2009)

Se a criança passa, pois essa fase mais acelerada de desenvolvimento na infância, precisando assim receber uma alimentação mais substancial o próprio Ministério da Saúde reconhece essa necessidade e procura atender às necessidades da criança nesse período.

É o Ministério da Educação, através do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que estabelece os critérios para a aquisição de alimentos e para a preparação das merendas. O PNAE passa instruções, via Secretaria Municipal de Educação aos nutricionistas dos municípios que, por sua vez, passam para o conselho escolar, de modo que, cada preparação corresponda a uma dieta satisfazendo, no mínimo, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos de creches e do ensino fundamental, segundo o anexo IV da Resolução Nº 32 de 10 de agosto de 2006 (BRASIL, 2006). É recomendado que os alimentos que componham a merenda sejam naturais da própria região e, se possível, não processados (BRASIL, 2006 apud AIRES JUNIOR, 2007).

Reconhecendo que a alimentação não deve ser feita de forma aleatória, que ela precisa ser balanceada e distribuída de forma a atender as reais carências foi criado um Guia Prático que se preocupou com a alimentação e a nutrição, pois além de alimentado a criança precisa, também, estar bem nutrida recebendo os alimentos necessários para essa fase de desenvolvimento.

Em 2011 segundo o G.P.O.P.A.N (Guia Prático de Operacionalização do Programa de Alimentação e Nutrição) do Estado de Goiás, o Brasil é considerado um país em razão dos recentes aumentos na prevalência de doenças crônicas, como por exemplo, a obesidade uma nação que futuramente sofrerá muito com os grandes índices de doenças causadas pela obesidade. A escola tem desempenhado papel fundamental na formação dos hábitos de vida dos estudantes, sendo responsável não só pelo conteúdo educativo global, como também pelas informações relacionadas ao ponto de vista nutricional. Embora a alimentação escolar esteja relacionada à própria educação o conceito de merenda escolar evoluiu e deixou de ser apenas um rápido lanche oferecido aos alunos da escola pública.

Santos (2002) agrega valores quando complementa que a merenda oferecida na escola, muitas vezes, constitui na única refeição de inúmeras crianças, é importante dar especial atenção ao valor nutritivo da merenda (tabela 01). Para isso, deve-se levar em consideração as necessidades alimentares da criança, cuidando para que ela receba uma refeição rica e equilibrada. Os valores oferecidos como base de cálculo deve ser criteriosamente observado ao estabelecer uma dieta nutricional.

Conhecendo os costumes alimentares da comunidade, os responsáveis pela merenda poderão preocupar-se em oferecer às crianças alimentos que complementem suas refeições domésticas. Dessa forma, a merenda complementar e enriquecerá a alimentação familiar. Um exemplo bem simples: se a criança só come arroz em casa, de nada adianta a escola oferecer arroz na merenda; deverá fornecer feijão e carne ou ovos. (SANTOS, 2002, p. 192).

De acordo com o Manual de Gestão Eficiente da Merenda Escolar (2004, p.51), a qualidade da alimentação escolar é o resultado de vários aspectos: garantia higiênico-sanitária dos alimentos, adequações nutricionais, sensoriais (sabor, aspecto, textura dos alimentos), respeito ao hábito alimentar e um ambiente adequado na hora de comer a merenda.

Complementando as estimativas das necessidades mínimas da criança, em relação aos gastos que a criança tem, e ainda levando-se em conta que a maioria das famílias não tem condições de oferecer uma dieta balanceada para essas crianças, deveria caber a escola oferecer através da merenda a

necessidade de repor esses déficits de alimentação, evitando que as carências nutricionais tragam prejuízos para as mesmas.

Segundo Santos (2002, p. 195) vários fatores interferem negativamente na alimentação escolar: a) omissão da refeição matinal ou desjejum incompleto; b) baixo consumo de leite, hortaliças e frutas e excessiva ingestão de balas, doces e refrigerantes; c) seleção de alimentos ao arbítrio da criança, sem conhecer o valor nutritivo dos alimentos que consome.

O Manual da Gestão de Merenda Escolar (2004), destaca que merenda para ser considerada nutritiva tem sempre três tipos de alimentos no prato, por exemplo: a) Algum tipo de carne, pode ser peixe e frango também, ou ovo; b) Arroz ou feijão, ou os dois juntos, polenta, ou macarrão; c) Alface, tomate, cenoura, beterraba ou outras verduras e legumes ou ainda frutas, qualquer que seja, pois todas fazem bem à saúde.

E, ainda recomenda que os alimentos que vão compor o cardápio devem seguir uma proporção. O cardápio deve conter carboidratos, proteínas e gorduras em uma proporção de: 45 a 65% de carboidratos, 10 a 30% de proteína e 25 a 35% de gordura. Deve-se considerar também a interação entre os nutrientes, para que a biodisponibilidade seja respeitada (por exemplo, servir produtos que são fonte de ferro, como carnes e feijão, com produtos que são fonte de cálcio, como leite e derivados, prejudica a absorção do ferro pelo organismo; já combinar alimentos que são fonte de ferro com alimentos que são fonte de vitamina C, como frutas, ajuda a absorção do ferro).

O interesse da área de Educação Física na forma como a criança se alimenta, ou como o Programa da Merenda Escolar é desenvolvida, deve-se ao fato de que estudos comprovam que a capacidade física da criança ou adolescente de realizar atividades esta relacionada à alimentação ou a capacidade aeróbica delas.

Normalmente, o que a escola pública faz é fornecer a merenda escolar: uma refeição diária, para as crianças que ali permanecem por um período de duas a quatro horas, que constituem a imensa maioria dos alunos, e que na maioria das vezes é o mais significativo alimento nutricional balanceado que a criança recebe ao dia (DOMENE, 2008). Para que a criança tenha um

desenvolvimento satisfatório, pressupõe-se que tal refeição seja complementada em casa. Mas nem sempre isso acontece: muitas crianças são obrigadas a limitar sua alimentação diária à merenda escolar (SANTOS, 2002, p. 190).

No tópico a seguir vamos estabelecer uma relação entre a alimentação e a performance da criança ou adolescente nas atividades físicas envolvendo tanto as práticas esportivas, quanto as atividades de esforço e testes de aptidão.

### **1.1 A Alimentação e a Performance da Criança nas Atividades Físicas**

A promoção da educação para a saúde no ambiente escolar deve ser incentivada, tendo em vista que a própria escola deve constituir em um processo em permanente desenvolvimento contribuindo para a aquisição de competências dos alunos permitindo-lhes construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A promoção da educação para a saúde na escola tem, também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa (SAVOIA, 2009).

Zoboli (2010) traz para a discussão a questão de que o desenvolvimento da criança, tem na motricidade a sua mais importante expressão, pois “movimentos constituem-se na fonte do comportamento, sendo a forma mais básica pela qual a criança interage e atua de forma dinâmica no ambiente físico e social”. A cada etapa de desenvolvimento a criança terá diferentes graus de facilidade para executar atividades físicas, por exemplo, mas é preciso estar atento para fazer essa afirmação, pois muitos são os fatores que podem influenciar nesse resultado.

### **1.2 Contribuições da Psicomotricidade nas Atividades Físicas**

A Psicomotricidade se ocupa do estudo das percepções e tem como função integrar as experiências perceptivo-motoras, cognitivas e afetivas do

indivíduo de forma a permitir um adequado controle corporal e, conseqüentemente, um adequado relacionamento com o meio.

O desenvolvimento do indivíduo depende da qualidade de suas experiências para edificar a sua identidade, assim, a criança precisa estar inserida em contextos que estimulem o seu desenvolvimento e relação com as outras pessoas e o mundo. A família e a escola são os principais responsáveis por garantir que este processo aconteça de forma saudável e respeite as necessidades básicas das crianças, como o brincar, o vivenciar, o experimentar para compreender, de forma crítica e sem reproduzir comportamentos, qual é o seu papel nesta sociedade.

De acordo com Boato (2006), as escolas devem promover atividades lúdicas como estratégia pedagógica necessária para a construção da personalidade e aprendizado da criança, sem preocupações excessivas com a aquisição de conhecimentos relacionados às necessidades do mercado de trabalho. A educação, tanto na prática como na teoria, exige respeito ao desenvolvimento da criança que, ora se dá por meio da motricidade, ora pela afetividade e em outros momentos pela cognição, mas nunca isoladamente. A relação entre estes aspectos deve direcionar o planejamento pedagógico dos professores dos anos iniciais do Ensino Fundamental, considerando as fases e estágios do crescimento e desenvolvimento em que se encontra esta faixa etária.

Le Bouch (2007) salienta que corpo é o reconhecimento do EU como pessoa. Somos o nosso corpo. Ou seja, o corpo não é um somatório de órgãos justapostos, mas uma autoposse individual da nossa existência concreta. Sendo assim, não existe ser humano sem o corpo, e vice-versa. Ele é a expressão do nosso EU, é através dele que nos reconhecemos como indivíduos.

Reconhecer a importância do corpo no aprendizado se torna simples quando ele é visto como a própria criança que aprende, desenvolve, comunica e se identifica como pessoa no mundo.

Diante desse pressuposto, o homem por meio de suas ações evolui e por meio de seu aprendizado constrói, modifica, cria, transforma o mundo e também se transforma. Dessa forma podemos considerar que o homem é um

ser em constante evolução e transformação, nesta perspectiva, surgem a psicomotricidade, com a proposta de trabalhar o corpo por inteiro na escola para o crescimento, desenvolvimento e aprendizado da criança.

Acerca destas questões que refletem o ensino e a aprendizagem da criança, Rosa (2002) diz ser importante trabalhar uma educação onde estude e aprenda o homem em sua totalidade, ou seja, compreender que a aprendizagem não ocorre isoladamente nos processos psíquicos, mas na integração corpo e mente.

Por esse motivo, a educação deve se preocupar em conectar a mente ao corpo no processo de ensino aprendizagem. Para tanto, Fernandez, (1991, p.58-59) parte do princípio de que o organismo transversalizado pelo desejo e pela inteligência, conforma uma corporeidade, um corpo que aprende, goza, pensa, sofre ou age.

Nessa perspectiva, a psicomotricidade contribui de forma significativa, pois tem como princípio que é impossível desunir o motor do psíquico, a mente do corpo. O educador deve estar atento à concretude do aluno: postura corporal, gestos, mobilidade, instabilidade, apatia, pois pode sinalizar questões referentes às dificuldades encontradas pelo aluno no processo de aprendizagem. Mas, para isso precisa dar espaço e incentivar o educando a se movimentar, conviver com o próximo, interagir, manusear, perguntar, conversar.

De acordo com as pesquisas de Le Bouch (2007), a educação psicomotora é uma ferramenta metodológica que utiliza o movimento humano como um meio de educação para o desenvolvimento pessoal. Pode ser considerada como um fragmento Educação Física.

Boato (2006) acerca do pensamento de Jean Le Boulch sobre a educação psicomotora considera o homem como uma unidade psicossomática que consiste em dois componentes. Por um lado, a psique referente à atividade mental, incluindo cognitivo e afetivo e, por outro, a função motora. Os aspectos Psicomotores são constituídos como um elo entre a atividade mental e a atividade motora, de modo que ambas as partes são construídas com interdependência mútua.

### 1.2.1 A Contribuição das Atividades Desportivas para o Desenvolvimento Psicomotor

Segundo Moyles (2002), no contexto educacional as atividades recreativas são consideradas como um grande recurso para o desenvolvimento da aprendizagem da criança, podendo ser um simples objeto, mas, ao mesmo tempo, seja capaz de fazer com que a criança use a sua imaginação e criatividade. Diante do exposto, é inadmissível uma prática pedagógica que impossibilite a criança de manifestar seu jeito natural de ser, condicionando-a ao silêncio, reduzido ao espaço de uma mesa escolar. Esta prática torna a vivência escolar pobre, sem criatividade, sem estímulo, refletindo na desmotivação da criança em relação à prática pedagógica assumida pela escola, fazendo com que a mesma prefira muitas vezes ficar em casa.

Morin (2003, p.14) afirma que, é necessário desenvolver na educação o estudo das características mentais, culturais dos conhecimentos humanos. Dessa forma, imagina-se que a escola deve ser um ambiente de liberdade, onde a criança se sinta a vontade, sinta prazer e não tenha medo ou receio de criar, recriar, interpretar e interagir de forma livre e proativa no mundo em que vive.

A educação está carente de pessoas proativas, tanto alunos como professores precisam ter voz ativa, correr atrás de solucionar os problemas, não ter receio de questionar e tentar entender o mundo sem medo de enfrentar as dificuldades, essa atitude tornaria uma facilidade para o desenvolvimento intelectual do indivíduo. “Brincar é fundamental porque brincando a criança expressa necessidades e desenvolve potencialidades” (CUNHA, 2005, p, 14).

Segundo Bugeste (2007), quando falamos de criança, o universo de fantasia não pode ser desconsiderado, mesmo, e principalmente, quando a questão é conhecer e aprender. Ou seja, a forma em que a criança vê o mundo, a inocência e a fantasia que ela faz a respeito de tudo jamais deve ser desconsiderada pelo adulto.

Jogando e se movimentando as crianças aprendem, interagem, experimentam sensações, ampliam seus conhecimentos, se expressam, se divertem e trocam experiências. Por meio das atividades recreativas, a criança

aprende a cumprir regras, a entender seus limites, suas capacidades e também aprende a perder, apesar de que muitas tenham uma grande dificuldade de aceitação, cabe ao adulto explicar para a criança que perder faz parte tanto dos jogos e das brincadeiras como de muitas coisas ao longo da nossa vida. (BOATO, 2006).

(...) se não puderem brincar, conviver com outras crianças, explorar diversos espaços, provavelmente suas competências serão restritas. Por outro lado, se as experiências anteriores foram variadas e frequentes, a gama de movimentos e o conhecimento sobre jogos e brincadeiras serão mais amplos (BRASIL, PARÂMETROS CURRICULARES NACIONAIS, 1997, p.45)<sup>1</sup>.

É necessário ressaltar que, apesar de todos os benefícios expostos acima, existem escolas que, além de não oferecer condições físicas e materiais para a criança brincar, não possui nenhum tipo de projeto e planejamento que utilize o lúdico, em outras palavras, não dispendo de tempo livre para a criança brincar, não tendo intervalo e momentos recreativos. Isso denota que na prática algumas escolas usurpam das crianças um momento crucial em suas vidas, onde elas perdem a chance de criar, de interagir, de trocar experiências e aprimorar seus conhecimentos acerca dos jogos.

O papel do professor é fundamental dentro desse processo sendo ele o mediador do conhecimento, a ele cabe à tarefa de ensinar a variedade dos jogos, a resgatar as brincadeiras e as cantigas antigas e também a de ensinar as novidades que são bastante variadas atualmente.

Os educandos carecem de qualidade de vida, social, escolar e familiar, para o seu desenvolvimento integro. Não podemos esquecer que vários alunos de hoje serão os professores, médicos, dentistas, psicólogos, etc., de amanhã. Sendo assim, deve-se dar mais ênfase ao estudo do homem em sua totalidade, pois o homem está em constante transformação e aprendizado (SÁNCHEZ *et al.*, 2003).

## **CAPÍTULO II**

### **DESENVOLVIMENTO MOTOR: ANÁLISE A PARTIR DO RESULTADO DO TESTE DE EQUILÍBRIO .**

As maneiras de avaliar o desenvolvimento motor na infância podem ser diversas, no entanto, nenhuma é perfeita, nem engloba todas as áreas do desenvolvimento. Nesta perspectiva, Rosa Neto (2002) propõe uma Escala de Desenvolvimento Motor - EDM. Trata-se de instrumento composto por diversas baterias de testes para avaliar o desenvolvimento motor de crianças de 2 a 11 anos de idade, onde a ordem de sua aplicação é baseada nas idades cronológicas aumentando gradativamente o nível de dificuldade das tarefas juntamente com a idade.

Segundo Rosa Neto (2002) O objetivo da aplicação dos testes de motricidade fina da EDM é o fato de estabelecer o coeficiente de fidedignidade de consistência interna, padronizando para as crianças brasileiras, uma vez que os dados dessa escala foram originalmente coletados em outro país. Sendo que, esse testes motores apresenta como componentes da bateria, que são: motricidade fina, motricidade global, equilíbrio, esquema corporal e organização espacial.

De modo geral, foram achados poucos estudos que avaliam o desenvolvimento motor em populações de escolares. No Brasil, a grande maioria dos estudos avalia populações específicas. Observando os resultados das pesquisas com estas populações com a utilização da EDM, podemos encontrar diferentes índices de desenvolvimento da motricidade fina. Foi verificado quociente de desenvolvimento superior na área da motricidade fina em uma criança com indicadores de altas habilidades (ROSA NETO et al.,2005);

Conforme Rosa Neto (2002) a bateria de testes para motricidade fina da escala EDM consiste num conjunto de 10 tarefas motoras progressivamente mais difíceis de executar, divididas por faixa etária, conforme o Quadro 1. E logo abaixo está o quadro 2 que consiste na distribuição das tarefas de motricidade global e equilíbrio por idade.

Quadro 1 – Tarefas motoras (EDM) distribuídas por faixa etária.

<b>IDADE</b>	<b>TAREFA DE MOTRICIDADE FINA</b>
2 anos	Construção de uma torre com cubos
3 anos	Construção de uma ponte com cubos
4 anos	Enfiar a linha na agulha
5 anos	Fazer um nó em volta do lápis
6 anos	Com o lápis, seguir o labirinto até a saída
7 anos	Amassando, confeccionar bolinhas de papel
8 anos	Tocar os outros dedos com a ponta dos polegares (com rapidez)
9 anos	Lançamento de uma bola no alvo
10 anos	Tocar alternadamente as pontas de polegares e indicadores (movimento circular)
11 anos	Agarrar a bola com uma mão

Fonte: Rosa Neto (2002) .

Quadro 2 - Distribuição das tarefas de motricidade global e equilíbrio por idade.

<b>IDADE</b>	<b>TAREFA MOTRICIDADE GLOBAL</b>	<b>TAREFA EQUILIBRIO POR IDADE</b>
2 anos	subir em um banco	equilibrar-se sobre um banco
3 anos	saltar sobre uma corda	equilibrar sobre um joelho
4 anos	saltar no mesmo lugar	equilibrar-se com o tronco flexionado
5 anos	saltar uma altura de 20 cm	equilibrar-se nas pontas dos pés
6 anos	caminhar em linha reta	fazer o “pé manco” estático
7 anos	fazer o “pé manco”	fazer o quatro
8 anos	saltar uma altura de 40 cm	equilibrar-se de cócoras
9 anos	saltar no ar	equilibrar-se com o tronco flexionado
10 anos	fazer o “pé manco” com uma caixa de fósforos	equilibrar-se nas pontas dos pés com os olhos fechados
11 anos	saltar sobre uma cadeira	“pé manco” estático de olhos fechados

Fonte: Rosa Neto (2002).

Rosa Neto (2002) aponta que os estudos sobre a motricidade infantil, em geral, são realizados com objetivo de conhecer melhor as crianças e de poder estabelecer instrumentos de confiança para avaliar, analisar e estudar o desenvolvimento de alunos em diferentes etapas evolutivas. As formas de avaliar o desenvolvimento motor de uma criança podem ser diversas, no

entanto, nenhuma é perfeita nem engloba holisticamente todos os aspectos do desenvolvimento.

Independente do componente avaliado, cada teste é iniciado pelo participante com a tarefa correspondente à sua idade cronológica. Caso sucesso fosse obtido na tarefa correspondente à sua idade, a tarefa de idade mais avançada é apresentada. Em caso de fracasso, a tarefa correspondente à idade anterior é proposta e, se sucesso for obtido, repete-se a tarefa inicial (SILVEIRA et al, 2003).

O equilíbrio é a capacidade do corpo assumir e sustentar qualquer posição contra a força da gravidade, onde todas as forças que agem sobre este corpo são anuladas. O esquema corporal refere-se à capacidade de discriminar com exatidão as partes corporais, sustentar ativamente todos os gestos que o corpo realiza sobre si mesmo e sobre os objetos exteriores, habilidade de organizar as partes do corpo na execução de uma tarefa. Organização espacial é o conhecimento das dimensões corporais, tanto o espaço do corpo como o espaço circundante, e a habilidade de avaliar com precisão a relação entre corpo e o ambiente (ROSA NETO, 2002).

Dessa maneira a EDM é apropriada tanto para fins de pesquisa quanto para fins educacionais. Aos profissionais que fazem uso desse instrumento, esta pesquisa garante os benefícios de seus procedimentos de avaliação, pois ela é possível na rotina escolar e possibilita o estabelecimento de metas educacionais bem como a identificação de componentes do desenvolvimento motor que necessitam de atenção especial. (ROSA NETO et al, 2010).

Segundo Rosa Neto (2007, p. 37) segue abaixo a definição de termos para aplicação do EDM:

- Prova motora – É uma prova de habilidade correspondente a uma idade motora específica (motricidade fina, equilíbrio, etc.). A criança tem de solucionar um problema proposto pelo examinador.
- Idade motora (IM) – É um procedimento aritmético para pontuar e avaliar os resultados dos testes. A pontuação assim obtida e expressa em meses é a idade motora.

- Idade cronológica (IC) – Se obtém através da data de nascimento da criança, geralmente dada em anos, meses e dias. Logo, transforma-se essa idade em meses. Ex: seis anos, dois meses e 15 dias, significa o mesmo que seis anos e três meses ou 75 meses. Quinze dias ou mais equivalem a um mês.
- Idade motora geral (IMG) – Se obtém através da soma dos resultados positivos obtidos nas provas motoras expresso em meses. Os resultados positivos obtidos nos testes são representados pelo símbolo (1); os valores negativos (0); os valores parcialmente positivos são representados pelo símbolo (1/2).

Fórmula da EDM:

$$IMG = \frac{IM1 + IM2 + IM3 + IM4 + IM5 + IM6}{6}$$

Os testes de EDM de Rosa Neto (2007) avaliaram o equilíbrio estático, e nesse estudo foi aplicado em crianças e 8 a 10 anos. A figura abaixo mostra exemplos de atividades a serem realizadas de acordo com a faixa etária de 02 anos a 11 anos, conforme apresentado na figura 01.

**Figura 01.** Testes de Equilíbrio Estático da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM)

<p>Testes para 02 anos:</p>  <p>Equilíbrio estático sobre um banco.</p>	<p>Testes para 03 anos:</p>  <p>Equilíbrio sobre um joelho.</p>	<p>Testes para 04 anos:</p>  <p>Equilíbrio com o tronco flexionado.</p>	<p>Testes para 05 anos:</p>  <p>Equilíbrio nas pontas dos pés.</p>	<p>Testes para 06 anos:</p>  <p>Equilíbrio em pé manco estático.</p>
<p>Testes para 07 anos:</p>  <p>Equilíbrio de cócoras (olhos fechados).</p>	<p>Testes para 08 anos:</p>  <p>Equilíbrio com o tronco flexionado e nas pontas dos pés.</p>	<p>Testes para 09 anos:</p>  <p>Equilíbrio fazendo um quatro ponta dos pés.</p>	<p>Testes para 10 anos:</p>  <p>Equilíbrio nas pontas dos pés (olhos fechados).</p>	<p>Testes para 11 anos:</p>  <p>Equilíbrio em pé manco estático (olhos fechados).</p>

Fonte: Rosa Neto (2002)

# **CAPÍTULO III**

## **CONTEXTUALIZANDO O TEMA: MÉTODOS E PROCEDIMENTOS**

### 3.1. Tipo de Pesquisa

Segundo Vergara (2007), existem vários tipos de pesquisa. No entanto, propõe-se dois critérios básicos, que são: quanto aos fins e quanto aos meios. Quanto aos fins, uma pesquisa pode ser exploratória, descritiva, explicativa, metodológica, aplicada e intervencionista. A investigação exploratória é realizada em área na qual há pouco conhecimento acumulado e sistematizado. Por sua natureza de sondagem, não comporta hipóteses.

Já a pesquisa descritiva expõe características de determinadas população ou de determinado fenômeno. Embora não tenha o compromisso de explicar o que descreve, levanta informações sobre situações específicas e relacionadas de forma a proporcionar a visualização de uma totalidade (GIL, 1991).

### 3.2. Delineamento da pesquisa

Inicialmente foi realizada uma análise bibliográfica por meio de livros e artigos, após essa parte aprofundi o assunto com uma pesquisa de campo com a utilização de instrumentos de observação, questionários e entrevistas. Os dados apresentaram um caráter qualitativo e quantitativo.

Os sujeitos da pesquisa foram abordados no local de trabalho, foram esclarecidos sobre os objetivos da pesquisa e aceitaram participar assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para os menores de idade o termo foi encaminhado aos pais ou responsáveis para autorizar a criança participar da pesquisa.

Para avaliar a influência da merenda escolar nas atividades escolares da criança (cotidiano escolar) foram aplicados protocolos de avaliação distintos, um, realizado por meio de entrevista e questionário, que abordou aspectos

relacionados ao consumo da merenda e o outro, avaliou, por meio de teste motores, o equilíbrio e a concentração dessas crianças. A pesquisa de campo apresentou duas fases. Na primeira fase foram realizadas entrevistas com 5 professores e com o coordenador da merenda. A entrevista com os professores apresentavam 8 questões e 7 para a dinamizadora da merenda escolar. Na segunda fase foram realizados questionários com os alunos sobre a alimentação dentro e fora da escola, e sua relação com o cotidiano escolar, com 10 questões. Além disso, foram realizados teste psicomotor (equilíbrio), antes e após a merenda.

### 3.3. Universo e Amostra

Para Vergara (2007), define da seguinte forma do universo e amostra:

Trata-se de definir toda a população e a população amostral. Entenda-se aqui por população não o número de habitantes de um local, como é largamente conhecido o termo, mas um conjunto de elementos (empresas, produtos, pessoas, por exemplo) que possuam as características que serão objetos de estudo. (VERGARA, 2007, p. 50).

Assim, a utilização da amostra em uma pesquisa venha a buscar informações de grande valia para a construção da mesma, pois é através desta que se constroem metas e estratégias para realização do estudo proposto.

A Escola Municipal escolhida possui em torno de 800 alunos sendo divididos em dois turnos com a primeira fase no turno matutino compondo-se de 18 turmas de ensino fundamental, sendo 60 professores e 40 outros funcionários resultando em 100 profissionais.

Os testes psicomotores foram feitos em dias alternados e as crianças foram selecionadas aleatoriamente, sendo 30 crianças com idades entre 8 e 10 anos, sendo 15 meninas e 15 meninos. Porém foi descartado os dados de uma criança que não participou de todas as fases da pesquisa, apresentando um total de 29 crianças. Participaram do estudo docentes que lecionam no 4º ano e discentes que estudam na primeira fase do Ensino Fundamental da Rede Municipal de Ensino de Planaltina- Goiás zona urbana. A pesquisa foi realizada no turno matutino com a turma do 4º ano onde a faixa etária é de 8 a 10 anos.

### 3.4. Instrumento e Procedimentos

A entrevista é um instrumento que permite uma interação e aprofundamento nas questões abordadas. A opção por questões subjetivas oferece ao participante da pesquisa ser mais abrangente em suas repostas. Foi realizada entrevistas com os professores e o coordenador da merenda. O roteiro estruturado aplicado com os professores apresentavam 8 questões com o coordenador da merenda escolar, 7 questões, conforme apêndice 1 e 2.

O questionário é um instrumento que coleta dados que reúne uma quantidade de indagações escritas, sendo respondidas ao mesmo modo e com a ausência de quem as faz Marconi e Lakatos (2008). Os questionários aplicados com os alunos tinham 10 questões, conforme apêndice 3.

Os testes aplicados com as crianças foram planejados visando agregar informações aos questionários levantados sobre a importância da merenda escolar na vida dos escolares. Tais testes foram baseados na escala de avaliação motora proposta por Rosa Neto (2002) Foi realizado dois testes, um de equilíbrio e um de concentração, sendo o de concentração descartado por motivos de tempo, onde o resultado do teste de equilíbrio foi satisfatório para a conclusão da pesquisa.

Teste de equilíbrio: Para Rosa Neto (2007, p. 17) o equilíbrio é a base primordial de toda ação diferenciada dos segmentos corporais. Quanto mais defeituoso é o movimento, mais energia consome; tal gasto energético poderia ser canalizado para outros trabalhos neuromusculares. Dessa luta constante, mesmo que inconsciente, contra o desequilíbrio, resulta uma fadiga corporal, mental e espiritual, aumentando o nível de estresse, ansiedade e angústia do indivíduo. Foi proposto aos alunos na faixa etária de 8 a 10 anos a aplicação deste teste e solicitado que fizessem um quatro com as pernas, antes e depois do lanche. O exercício em questão baseia-se em manter-se sobre o pé esquerdo com a planta do pé direito apoiada na face interna do joelho esquerdo, com as mãos fixadas nas coxas e com os olhos abertos (Figura 01 – Teste para 9 anos). Após um descanso de 30 segundos, executar o mesmo movimento com a outra perna. Erros: deixar cair uma perna; perder o equilíbrio; elevar-se sobre a ponta dos pés. Duração: 15 segundos. Tentativas: duas para cada perna.

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados estão apresentados através de tabelas e discussão com dados qualitativos e quantitativos. É importante ressaltar que durante os meses de pesquisa foram realizadas muitas reflexões tendo em vista a necessidade de melhor responder os questionamentos. Os resultados mostra-nos que através da alimentação há uma maior disposição tanto nos testes realizados como nos dias que se seguiram com atividades comuns da escola.

A pesquisa foi direcionada a indagações para professores e dinamizador da merenda em relação o desempenho dos alunos através da alimentação na escola, onde os mesmos se encontram em um estado de sonolência nas primeiras aulas do dia, observando assim aspectos, físico, psicológico, intelectual dos mesmos antes e após o lanche. Segundo Santos (2002, p.195) vários fatores interferem negativamente na alimentação escolar: a) omissão da refeição matinal ou desjejum incompleto; b) baixo consumo de leite, hortaliças e frutas e excessiva ingestão de balas, doces e refrigerantes; c) seleção de alimentos ao arbítrio da criança, sem conhecer o valor nutritivo dos alimentos que consome.

#### **3. 5 Caracterização do campo**

A referida escola possui espaço físico bastante extenso contendo, 25 salas de aula, 1 de vídeo, 1 de informática , 1 biblioteca, pátio, quadra poliesportiva, banheiros, 1 refeitório juntamente com uma cozinha , parque, sala de coordenação e secretária .

A maior parte dos alunos provém do próprio setor e localidades próximas, como chácaras. As crianças e adolescentes se classificam com uma renda financeira baixa a média, as famílias composta de muitas das vezes irmãos e mãe e umas poucas composta pelo pai, a maioria trabalha fora em outra cidade citamos, por exemplo, Brasília que fica bem próximo.

A merenda escolar é servida em um espaço amplo por volta de 09h30min da manhã, os alunos são acompanhados das professoras até o refeitório onde é servido a merenda, e os alunos se acomodam em mesas e

cadeiras. A cozinha é ampla e possui fogões, panelas e outros objetos, as merendeiras possuem material de proteção para o efetivo serviço e todos os dias antes e após o lanche lavam o local. A hora de servir o lanche é organizada e todos são acomodados nas mesas junto aos seus professores, às vezes os alunos podem repetir o lanche, não sendo sempre que podem. O horário do lanche se estende por mais ou menos 15 minutos e depois os alunos vão ao banheiro, bebem água e retornam para suas salas de aula.

A maioria das crianças observadas apresentava sonolência nas aulas, percebendo que logo após o lanche isso não predominava. Nas aulas de educação física elas ficam bem agitadas, e todos participam ativamente das brincadeiras, sendo que os meninos preferem jogar futebol e as meninas queimada ou pular corda, e às vezes os professores propõem outras atividades coletivamente.

Durante os testes, os alunos demonstraram euforia, mas tranquilizaram-se após uma conversa. Os alunos foram observados nas aulas de educação física e demais disciplinas em horários alternados por dois meses. Logo após o lanche notou-se melhora no nível de tranquilidade e ansiedade.

### 3.5.1 Dados dos questionários e testes

Conforme dispõe Soares (1989), se uma criança está crescendo dentro dos padrões considerados normais, possivelmente estará se desenvolvendo normalmente. Com base nesta afirmação analisaram-se os resultados do questionário destinados às crianças.

A tabela 01 se refere a questão onde o aluno é questionado se come alguma coisa antes de sair de casa.

Lancha em casa antes de ir para escola	n	%
Sim	15	51,7
Não	9	31,0
Às vezes	5	17,2
Total	29	100,0

Os resultados podem ser considerados positivos, tendo em vista que 51,7% afirmam que comem alguma coisa antes de sair de casa, e somente

17,2% afirmaram que às vezes comem algo antes de sair de casa. Mesmo assim há um percentual que pode ser considerado expressivo entre aqueles que afirmam que nunca comem nada antes de ir para a escola (31%).

A segunda questão indagava sobre a hora em que a criança comeu em casa, como a coleta de dados foi no horário matutino os horários variaram entre 06:30 e 7:45, isso para aqueles alunos que afirmaram comer antes de sair de casa, e a flexibilidade de horário esta mais relacionado com a distância em que a criança mora em relação a escola e o tempo que ela leva para chegar na escola.

A terceira questão perguntava os alimentos mais consumidos pela criança antes de ir para a escola com as seguintes opções: 1 – café com leite e pão; 2 – bolo, biscoito e todody; 3 – nada; 4 outros alimentos

Alimentos mais consumidos antes de ir para escola	n	%
Café com leite e pão	5	17,2
Bolo, biscoito e achocolatado.	11	37,9
Nada	9	31,0
Outros alimentos	4	13,8
Total	29	100,0

A maioria dos alunos assinalou a opção bolo, biscoito e todody com 37,9% (conforme tabela 2) e 31% afirmaram que não comem nada (conforme tabela 1). Trata-se de um resultado significativo, pois as crianças em fase de crescimento não podem ficar sem comer nada por longos períodos.

Na questão 4 foi investigado quantas refeições as crianças fazem por dia, 51,7% afirmaram que fazem somente 3 refeições e 48,3 fazem 4 refeições ao dia.

Refeições/dia	n	%
3 refeições	15	51,7
4 refeições	14	48,3
Total	29	100,0

A questão 5 investigou qual o lanche servido na escola que os alunos mais gostavam. Foi oferecido como opção: 1 - galinhada e uma fruta; 2 - cachorro quente e fruta; 3 – Outros lanches. A preferência dos alunos foi para galinhada com fruta (44,8%), ficando em segundo lugar cachorro quente com suco

(37,9%) e por último outros lanches. O que é um resultado satisfatório tendo em vista que o alimento salgado acompanhado pela fruta são alimentos saudáveis e constituem alimentação básica para a nutrição de escolares.

Lanches escolares preferidos	n	%
Galinhada e fruta	13	44,8
Cachorro quente e fruta	11	37,9
Outros lanches	5	17,2
Total	29	100,0

A questão 6 refere a quantidade de vezes que as crianças repetem o lanche, e isso é um indicativo de que eles gostam e que necessitam desse tipo de alimentação.

Repetição de lanches escolares	n	%
Repete 1x	13	44,8
Repete 2x	7	24,1
Repete 3x	9	31,0
Total	29	100,0

O PNAE passa instruções, via Secretaria Municipal de Educação aos nutricionistas dos municípios que, por sua vez, passam para o conselho escolar, de modo que, cada preparação corresponda a uma dieta satisfazendo, no mínimo, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos. E esse cuidado é necessário na oferta do lanche, e a preferência dos alunos indica que eles fazem opção por um lanche saudável.

A questão 7 questiona se o aluno sente muito sono durante a aula, tendo como opção 1 – sim ; 2 – não ; 3 – às vezes. As crianças tiveram opção de marcar um dos itens

Sonolência durante a aula	n	%
Sim	10	34,5
Não	12	41,4
Às vezes	7	24,1
Total	29	100,0

A maioria dos alunos (41,4%) dos alunos afirmaram que não sentem sono durante a aula. No entanto, se somarmos a quantidade de alunos que sente sono e que às vezes sentem sono (24,1%) dá uma percentagem maior de crianças que sentem sono nas aulas, e sabe-se que o sono pode influenciar de forma negativa na performance do aluno das atividades cognitivas e físicas .

A questão 7 tem um desdobramento da questão 6 sobre porque os alunos acham que sentem sono durante as aulas. Assim, 44,8% dos alunos afirmam que isso ocorre porque eles dormem tarde, em segundo lugar os alunos alegam que é porque acordam muito cedo, e em nenhum caso foi citado a falta de alimentação adequada ou energia. Em ambos os casos é uma questão que deve ser administrada na família. É importante ressaltar que o sono atrapalha a concentração dos alunos e pode atrapalhar no seu rendimento, pois dificulta a aprendizagem

Na questão a seguir refere se a criança leva lanche de casa para escola. Existe uma proximidade entre os resultados de sim e não e ambos com 34,5%, mas ainda se somarmos os resultado de sim e às vezes teremos que a maioria de alunos trazem lanche de casa, e esse é um bom resultado, o que indica que apesar de levar o lanche de casa a maioria das crianças ainda gostam do lanche oferecida na escola e em casa.

Levam lanche de casa para a escola	n	%
Sim	10	34,5
Não	10	34,5
Às vezes	9	31,0
Total	29	100,0

A questão 8 mencionada acima tem como complemento a questão com qual frequência ? As opções oferecidas foram 1 – sempre; 2 – às vezes; 3 – Nunca. O resultado está representado na tabela 09. Os resultados mostram que 48,3% dos alunos sempre trazem o lanche de casa. O que mostra que há uma preocupação da família com a alimentação, nutrição e saúde dos alunos. E a nutrição dos alunos está diretamente ligada ao desenvolvimento cognitivo e motor dos alunos.

Frequência em que levam lanche para escola	n	%
Sempre	14	48,3
Às vezes	10	34,5
Nunca	5	17,2
Total	29	100,0

Já a questão 09 investiga o tipo de alimentação que as crianças trazem de casa, tendo como opção 1 – salgadinhos, biscoito, balas e refrigerantes; 2 – frutas, iogurte e pão de queijo; 3 – nada. O resultado apresentado na tabela

10 mostra que 34,5% dos alunos trazem frutas, iogurte e pão de queijo o que demonstra que eles trazem lanche saudável para a escola, evitando frituras e gorduras trans e refrigerantes, mas é preocupante que 34,5 fizeram a opção por nada, o que pode ser um indicativo de que eles só se alimentam do lanche da Merenda Escolar.

Frequência em que levam lanche para escola	n	%
Salgadinhos...	9	31,0
Frutas....	10	34,5
Nada	10	34,5
Total	29	100,0

A questão 10 investiga as preferências dos alunos, ou seja, o que eles mais gostam na escola: 1 – lanche ; 2 – da aula de Educação Física; 3 – dos colegas. A partir dos resultados mostram que a preferência de dos alunos é do lanche com 41,4%; da aula de educação física 37,9% e de 20,7% dos colegas. O fato dos alunos afirmarem que a preferência deles é o lanche mostra que a merenda escolar oferecida pelo PNAE satisfaz as necessidades e gosto dos alunos participantes da pesquisa, e a importância desse projeto para o ambiente escolar e não escolar.

Frequência em que levam lanche para escola	n	%
Lanche	12	41,4
Aula de EF	11	37,9
Amizade	6	20,7
Total	29	100,0

Em relação aos testes, a tabela abaixo encontra-se os dados dos testes realizados antes e após o lanche em dias alternados.

Idade	Sexo	Não conseguiu	Conseguiu 1ª tentativa	Conseguiu 2ª tentativa	Total
Testes antes do lanche					
8 A 10	FEMININO	4	10	1	15
8 A 10	MASCULINO	1	12	1	14
Testes após o lanche					
8 A 10	FEMININO	-	11	4	15
8 A 10	MASCULINO	-	8	6	14

Tabela 13 – Análise de equilíbrio após o lanche

O teste de equilíbrio: utilizado o teste do manual de avaliação motora de Francisco Rosa Neto. De 9 anos, mas fiz com os alunos de 8 a 10 anos  
 Descrição da atividade: Fazendo um quatro: Manter-se sobre o pé esquerdo com a planta do pé direito apoiada na face interna do joelho esquerdo, com as mãos fixadas nas coxas e com os olhos abertos.

Após um descanso de 30 segundos, executar o mesmo movimento com a outra perna. Erros: deixar cair uma perna; perder o equilíbrio; elevar-se sobre a ponta dos pés. Duração: 15 segundos. Tentativas: duas para cada perna.

Todos os alunos executaram o exercício sem maiores dificuldades fazendo o que foi pedido tanto antes do lanche como depois, alguns a principio tiveram certa dificuldade, mas se saíram bem nas tentativas os resultados continuaram estáveis na sua maioria.

O teste foi feito antes do lanche onde alguns escolares dispersaram, mas a maioria mostrando uma boa concentração. Em relação aos testes aplicados todos mostraram um resultado satisfatório, onde as crianças avaliadas necessitam dos nutrientes e da boa alimentação escolar, para um bom desenvolvimento tanto em sala de aula quanto nas atividades de educação física.

### 3.5.2 Respostas do questionário dos professores

Quadro 01 – Como os alunos chegam em sala de aula pela manhã? (Em relação a disposição, sono e agitação da sala).

Inf,01	Às vezes tranquilos e muitos sonolentos.
Inf,02	Tranquilos.
Inf,03	Geralmente chegam dispostos.
Inf,04	Chegam um pouco eufóricos e com disposição.
Inf,05	Bem, alguns ainda um pouco sonolentos ou com preguiça.

Quadro 02 – Em qual horário eles estão mais eufóricos? A que você atribui essa euforia?

Inf,01	No horário da atividade física. Essa euforia acho que é por causa que gostam muito de brincar, ou seja, recrear.
Inf,02	Nas atividades físicas.

Inf,03	Após o lanche na escola apresentam euforia.
Inf,04	Assim que passa o intervalo, ficam mais impacientes, desejando a volta a casa, pois começam a cansar por isso deve-se propiciar aulas dinâmicas e diferenciadas.
Inf,05	Hora do lanche e de educação física, situações que os “agitam”.

Quadro 03 – Você acha que o lanche oferecido pela escola satisfaz os alunos?

Inf,01	Sim.
Inf,02	Sim.
Inf,03	Sim.
Inf,04	Às vezes.
Inf,05	Às vezes.

Quadro 04– Qual sua opinião sobre o lanche oferecido pela escola?

Inf,01	Melhorou muito, mas ainda precisa ser melhor, pois as vezes eles só comem na escola.
Inf,02	Cardápio bem diversificado. E atende as necessidades dos alunos, atribuindo a quantidades de vitaminas adequadas.
Inf,03	É muito importante pois muitos alunos não fazem um lanche adequado em casa, o que prejudica na concentração em sala.
Inf,04	Apesar de ser orientado, receitado por nutricionistas, às vezes não supri totalmente a necessidade do aluno. Precisa-se melhorar ainda mais a qualidade com atrativos e mais produto na merenda escolar.
Inf,05	Razoável, poderia ser melhor, com a opinião dos alunos, pelo menos uma vez na semana, montar um cardápio participativo, uma vez na semana fazer uma aula de culinária, ou seja, o aluno participar da elaboração e confecção do lanche (ajudar a fazer). Também uma vez na semana, as turmas terem uma “aula” sobre as vitaminas, sais minerais dos alimentos que comem suas funções para o seu organismo e etc. Enfim, fazer o aluno participar do processo alimentar de sua escola.

### 3.5.3 . Dados do questionário com o coordenador de merenda

1) Você acha que o lanche servido na escola satisfaz os alunos?

Na maioria das vezes não, como há fatores que não favorecem para que o cardápio seja cumprido a risca, ocasiona alterações e trocas que o deixa incompleto.

2) De acordo com o cardápio enviado para as escolas ele atende as recomendações diárias para os escolares.

Na sua elaboração e planejamento sim, mas quando é realizada a compra dos produtos o repasse não contempla a compra de todos os produtos.

3) A escola tem autonomia para escolher ou modificar o cardápio?

Sim, pois acontecem fatos como entrega ou falta de produtos, o qual tem que substituir ou trocar o cardápio, mas com justificativa.

4) Como é preparada a merenda? As merendeiras usam utensílios de proteção para o preparo da merenda?

O preparo é realizado segundo o cardápio semanal, onde são escolhidos os produtos, de um dia para outro, sendo assim a merenda é preparada em cantina própria. Sim é utilizado trocas eventuais que são fornecidas pela SME.

5) As crianças costumam repetir o lanche várias vezes? A que você atribui esse costume?

Como ficamos situadas em uma comunidade carente, com alguns que moram em fazendas, saem muito cedo de casa, nesses casos específicos é servido a repetição por 2 vezes ou mais. Já em relação ao costume da repetição acreditamos que são hábitos trazidos de cada pelos educandos.

6) Como você orienta as merendeiras para agir nessas situações?

Como elas conhecem os alunos mais carentes, então tentam satisfazer as prioridades.

7) Você acha que tem crianças que passam necessidades de alimentos em casa? Como a merenda contribui para amenizar essa situação?

Aqui especificamente temos muitos educandos que passam por necessidades de alimentação constante em seus lares. Elas tentam reforçar seus pratos e dando-lhes repetição.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho abordou um tema que é de fundamental importância para o desenvolvimento e aprendizagem da criança em idade escolar, a merenda escolar e sua influência no desenvolvimento onde a mesma é preparada por merendeiras que possuem material de proteção para o efetivo serviço e todos os dias antes e após o lanche lavam o local, onde será servido o lanche, o cardápio e variado podendo ser modificado conforme disponibilidade dos alimentos, sendo que são disponibilizadas nutricionistas para elaborar o que será servido, ou seja, um cardápio para atender uma alimentação adequada, em quantidade e qualidade, fornecendo ao organismo das crianças a energia e os nutrientes necessários para que eles tenham um bom desempenho e para a manutenção da saúde dos alunos atendidos na Unidade Escolar. Sabendo-se que a merenda escolar é uma das principais, senão a mais significativa que o aluno recebe ao longo do dia, portanto, foi preciso avaliar como essa merenda/alimentação chega para o aluno na escola.

Sendo a merenda escolar, aceita pela maioria dos alunos isso ficou comprovada na pesquisa onde foi enumerados por eles mesmos os lanches servidos que mais gostam na escola foi elaborado um questionário onde investigou qual o lanche servido na escola que os alunos mais gostavam. Foi oferecido como opção: 1 - galinhada e uma fruta; 2 - cachorro quente e fruta; 3 – Outros lanches. A preferência dos alunos foi para galinhada com fruta (44,8%), ficando em segundo lugar cachorro quente com suco (37, 9%) e por último outros lanches. O que é um resultado satisfatório tendo em vista que o alimento salgado acompanhado pela fruta são alimentos saudáveis e constituem alimentação básica para a nutrição de escolares.

O PNAE passa instruções, via Secretaria Municipal de Educação aos nutricionistas dos municípios que, por sua vez, passam para o conselho escolar, de modo que, cada preparação corresponda a uma dieta satisfazendo, no mínimo, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos. E esse cuidado é necessário na oferta do lanche, e a preferência

dos alunos indica que eles fazem opção por um lanche saudável. O desenvolvimento do indivíduo depende da qualidade de suas experiências para edificar a sua identidade, assim, a criança precisa estar inserida em contextos que estimulem o seu desenvolvimento e relação com as outras pessoas e o mundo.

A família e a escola são os principais responsáveis por garantir que este processo aconteça de forma saudável e respeite as necessidades básicas das crianças, como o brincar, o vivenciar, o experimentar para compreender, de forma crítica e sem reproduzir comportamentos, qual é o seu papel nesta sociedade.

Nessa perspectiva, a psicomotricidade contribui de forma significativa, pois tem como princípio que é impossível desunir o motor do psíquico, a mente do corpo. O educador deve estar atento à concretude do aluno: postura corporal, gestos, mobilidade, instabilidade, apatia, pois pode sinalizar questões referentes às dificuldades encontradas pelo aluno no processo de aprendizagem. Mas, para isso precisa dar espaço e incentivar o educando a se movimentar, conviver com o próximo, interagir, manusear, perguntar, conversar.

A alimentação adequada, em quantidade e qualidade, fornece ao organismo das crianças a energia e os nutrientes necessários para que eles tenham um bom desempenho e para a manutenção da saúde. Portanto, essa é uma fase da vida da criança que requer dos pais e de todos os envolvidos na alimentação da criança, maior cuidado e atenção. Sendo assim foi feito teste de equilíbrio antes e depois do lanche para avaliar os alunos na faixa etária de 8 a 10 anos a aplicação deste teste e solicitado que fizessem um quatro com as pernas, antes e depois do lanche. O exercício em questão baseia-se em manter-se sobre o pé esquerdo com a planta do pé direito apoiada na face interna do joelho esquerdo, com as mãos fixadas nas coxas e com os olhos abertos. Todos fizeram sendo que 5 alunos antes do lanche não conseguiram e após todos conseguiram executar o teste sem tanta dificuldade.

Em relação aos professores as suas percepções sobre a importância da merenda para a rotina escolar e de fundamental importância, pois os

alunos refletem isso dentro das atividades desenvolvidas dentro e fora de sala de aula. Para os docentes os alunos necessitam de uma boa alimentação salientando que no questionário respondido a maioria deles respondeu que a merenda escolar deve ser melhorada a cada dia e que os alunos nem sempre se satisfazem com o lanche, mas esse é de fundamental relevância para o desenvolvimento e aprendizagem desses.

## REFERÊNCIAS

AIRES JÚNIOR, F. A. F.; PAIVA, A. A.; BRASILEIRO, V. A. E. Merenda escolar na promoção da saúde bucal: o potencial cariogênico dos alimentos. *Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.* = **J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 32, n. 2, p. 117-128, ago. 2007.

BACKES, DS, COLOMÉ JS, ERDMANN, RH, LUNARDI, VL. **Grupo focal como técnica de coleta e análise de dados em pesquisas qualitativas.** *O Mundo da Saúde.* 2011;35(4):438-442. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=000113&pid=S1983-1447201200030000800007&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000113&pid=S1983-1447201200030000800007&lng=en)

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Alimentação escolar** Brasília, DF. Fev.2011. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/alimentacaoescolar>>. Acesso: 02/05/2013.

\_\_\_\_\_. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Normas referentes ao **Programa de Alimentação Escolar (PNAE)**. Brasília, 2006. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/pnae>>. Acesso em: 20 ago. 2006

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Manual da Merenda Escolar.** [http://www.portaltransparencia.gov.br/aprendaMais/documentos/curso\\_PNAE.pdf](http://www.portaltransparencia.gov.br/aprendaMais/documentos/curso_PNAE.pdf)

\_\_\_\_\_. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/Secretaria de Educação Fundamental.** Brasília, 1997.

BOATO, Elvio Marcos. **Introdução à Educação Psicomotora: a vez a voz do corpo na escola.** 2 ed. Brasília: Revista e Ampliada, 2006.

BUGESTE, Hermínia Regina. **Pedagogia do Movimento:** universo lúdico e psicomotricidade. Curitiba: Ibpex, 2007.

CONCEIÇÃO, Sueli Ismael Oliveira; SANTOS, Cristiane de Jesus Nunes; SILVA, Antônio Augusto Moura; SILVA, Josenilde Sousa; OLIVEIRA, Thiara Castro. **Consumo alimentar de escolares das redes públicas e privadas de ensino em São Luís,** Maranhão. *Rev. Nutr.*, Campinas, 23: 993-1004, 2010.

CUNHA, Nylse Helena Silva. **Brincando, aprendendo e desenvolvendo o pensamento matemático.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

DOMENE, S. M. Á.. **A escola como ambiente de promoção da saúde e educação nutricional.** *Psicol. USP* [online]. 2008, vol.19, n.4, pp. 505-517. ISSN 0103-6564. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-65642008000400009>. Acesso em 20/09/2013.

FERNÁNDEZ, Alicia. *Inteligência Aprisionada.* Porto Alegre: Artes Médicas, 1991.

GAGLIANONE, C. P. Alimentação no segundo ano de vida, pré-escolar e escolar. In: LOPEZ, F. A.; BRASIL, A. L. D. **Nutrição e Dietética em Clínica Pediátrica**. São Paulo: Atheneu, 2003, cap 1.5, p. 61-72.

LE BOULCH, Jean . **Educação Psicomotora : a psicocinética na idade escolar**. 2a ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1988.

LOPES, L. A. Crescimento e nutrição: fatos e mitos. In: CARDOSO, A. L.; LOPES, L. A.; TARDDEI, J. A. A. C. **Tópicos Atuais em Nutrição Pediátrica**. São Paulo: Atheneu, 2004. Cap 3, p. 45-60.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa**. 7.ed. – São Paulo: Atlas, 2008.

MORIN, Edgar. **Os Sete Saberes Necessários à educação do futuro**. 8 ed. Brasília/DF: Cortez, 2003.

MOYLES, J. **Só Brincar? O papel do brincar na educação infantil**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

PUCCINI, R. F.; LOUSADA, M. W. O crescimento da crianças. In: CARVALHO, E. S. CARVALHO, W. B. **Terapêutica e Prática Pediátrica**. 2 ed. São Paulo: Atheneu, 2000, cap 2, p. 7-13.

ROSA, Mirian Suzete de Oliveira. Corporeidade. In: FAZENDA, Ivani (Org.). **Dicionário em construção: interdisciplinaridade**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2002.

ROSA NETO, Francisco. **Manual de avaliação motora [recurso eletrônico] / Francisco Rosa Neto**. –Dados eletrônicos. – Porto Alegre: Artmed, 2007.

\_\_\_\_\_. et al. **Perfil Biopsicossocial de um a criança com indicadores de altas habilidades**. Lecturas Educación Física y Deportes, Madrid, ão 10, n. 82, marzo, 2005. Disponível em: <<http://www.efdesportes.com>>. Acesso em 27/11/2013.

\_\_\_\_\_. **Manual de Avaliação Motora**. Porto Alegre: ArtMed, 2002

RICCO, R. G; DEL CIAMPO, L. A; ALMEIDA, C. A. N. **Puericultura – Princípios e Práticas**. São Paulo: Atheneu, 2000, 354p.

SAVOIA, Rafael Pedroza; PERTENCE, Leonardo Coelho; ZANELLA, André Luiz; MATOS, Dihogo Gama de. Et al. **Importância da merenda escolar no desenvolvimento físico e cognitivo durante a aula de Educação Física**. Disponível em <http://www.efdeportes.com>. Revista Digital – Bueno Aires – Año 14, n° 137, outubro de 2009.

SALES, Ricardo Moura. **Teoria e prática da Educação Física Escolar**. São Paulo: Ícone, 2010.

SANTOS, E.F.; TSUBOI, K.H.; ARAÚJO, M.R.; FALCONI, M.A.; OUWEHAND, A.C.; ANDREOLLO, N.A.; MIYASAKA, C.K. **A ingestão de prébioticos previne a mal absorção de ferro e anemia induzidas pela gastrectomia? Estudo experimental em ratos.** Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva, v. 24, n. 1, p. 9 – 14, 2012.

SANCHEZ, Pilar Arnaiz; MARTINEZ, Marta Rabadán; PEÑALVER, Iolanda Vives. **A psicomotricidade na educação infantil: uma prática preventiva e educativa.** Porto Alegre: Artmed, 2003.

SANTOS, J. F. **Avaliação das propriedades nutricionais de barras de cereais elaboradas com farinha de banana verde.** Dissertação (Mestrado em ciências da saúde) Faculdade de ciências farmacêuticas de São Paulo, 2002.

SANTOS L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Rev. Nutr.** Out 2003; 5(18):681-692.

SILVEIRA, Carolina Rodrigues Alves; CAETANO, Maria Joana Duarte; ROSSI, Ana Carolina Sarkis; CANDIDO, Rodrigo Pereira; RESENDE, Amanda Belloto; GOBBI, Lilian Teresa Bucken. **Avaliação Motora de pré-escolares: entre idade motora e idade cronológica.** Laboratório de Estudos da Postura e da Locomoção/DEF/IB/UNESP/ Rio Claro, 2003. Disponível: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/leplo/resumos/2003/avaliacao.pdf>. Acesso em 27/11/2013.

VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.** - 8 ed.- São Paulo: Atlas, 2007.

WHALEY, L.F.; WONG, D.L. **Enfermagem pediátrica: elementos essenciais à interação efetiva.** Trad. Carlos H. de Cosendey. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1999. p. 452-457

ZOBOLI, f. **Desempenho motor, atividade física e estado nutricional de escolares na rede municipal de Brusque/SC.** EFDEPORTES.com Revista Digital, Buenos Aires, año 15 n.151 Diciembre de 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd151/atividade-fisica-e-estado-nutricional-de-escolaresscolares.htm>

Apêndice 1, 2 e 3

---

Questionário com alunos

---

1) Você come alguma coisa antes de sair de casa?

Sim( ) Não( ) As vezes( )

2) Que horas comeu em casa? \_\_\_\_\_

3) Qual alimento/preparação consome em casa antes de sair para a escola?

---

4) Quantas refeições faz por dia? Quais? \_\_\_\_\_

---

5) Qual lanche da escola gosta mais? \_\_\_\_\_

6) Quantas vezes repete? \_\_\_\_\_

7) Sente muito sono durante a aula? ( ) Sim ( ) Não

Por que vc acha que sente tanto sono? \_\_\_\_\_

8) Leva lanche para a escola? ( ) Sim ( ) Não. Com qual frequência? \_\_\_\_\_

9) Quais são os lanches que mais levam para a escola? \_\_\_\_\_

10) O que mais gosta da escola? E o que mais gosta de fazer na escola?

---

---

Roteiro de entrevista com os professores

---

- 1) Como os alunos chegam em sala de aula pela manhã? (Em relação a disposição, sono e agitação da sala.)
- 2) Você acha que os alunos tem dificuldade para concentração durante a aula? Por que?
- 3) Em qual horário eles estão mais eufóricos? A que você atribui essa euforia?
- 4) Como os alunos se comportam após o lanche em sala?
- 5) Se fazem atividades físicas, como agem no primeiro horário? E após o lanche como reagem?
- 6) Os alunos levam algum lanche para a escola? Quais?
- 7) Você acha que o lanche oferecido pela escola satisfaz os alunos?  
Sim( ) Não ( ) As vezes( ) \_\_\_\_\_
- 8) Qual sua opinião sobre o lanche oferecido pela escola.

---

Roteiro de entrevista com o coordenador da merenda

---

- 1) Você acha que o lanche servido na escola satisfaz os alunos?
- 2) De acordo com o cardápio enviado para as escolas ele atende as recomendações diárias para os escolares.
- 3) A escola tem autonomia para escolher ou modificar o cardápio?
- 4) Como é preparada a merenda? As merendeiras usam utensílios de proteção para o preparo da merenda?
- 5) As crianças costumam repetir o lanche várias vezes? A que você atribui esse costume?
- 6) Como você orienta as merendeiras para agir nessas situações?
- 7) Você acha que tem crianças que passam necessidade de alimentos em casa? Como a merenda contribui para amenizar essa situação.