



Instituto Politécnico de Santarém

Escola Superior de Educação

A promoção da participação e autonomia das crianças nos momentos de refeição em creche e jardim de infância

**Relatório de Estágio para obtenção do grau de Mestre em
Educação Pré-escolar**

Sara Isabel da Silva Coelho Besteiros

Orientação:

Isabel Alexandra Damasceno Teigas e Piscalho

Helena Maria Ferreira Moreno Luís

2021, novembro

“O principal objetivo da educação é criar pessoas capazes de fazer coisas novas e não simplesmente repetir o que as outras gerações fizeram.”

Jean Piaget

Agradecimentos

Gostaria de agradecer a todos os que, de alguma forma, me apoiaram ao longo do meu percurso académico e que contribuíram para que concretizasse com sucesso esta etapa da minha vida.

Em primeiro lugar gostaria de agradecer aos meus pais, irmãos e noivo, pelo amparo, esforço e dedicação, sem eles nada tinha sido possível.

De seguida gostaria agradecer às docentes Isabel Piscalho (orientadora), a minha orientadora, e à Helena Luís (coorientadora), minha coorientadora, que se disponibilizaram a apoiar-me na elaboração deste trabalho, para que conseguisse terminar este relatório com sucesso.

Agradeço, também, às educadoras cooperantes e auxiliares da ação educativa com quem realizei os meus estágios, pela disponibilidade e pelo carinho com que sempre fui recebida, por sempre me terem feito sentir parte, tanto das instituições como das salas.

Um sentido agradecimento às crianças com quem me cruzei nos estágios e aos respetivos pais, pela confiança e por terem feito parte do meu percurso. Ensinaram-me muito.

Gostaria de agradecer às minhas colegas de turma que sempre me apoiaram e nunca me deixaram desistir. Um agradecimento especial à minha colega de estágio, Joana Bexiga, que muitas vezes me limpou as lágrimas de frustração quando alguma coisa corria menos bem, pois algumas das maiores aprendizagens são feitas nas maiores dificuldades.

Por fim, mas não menos importante, quero agradecer à minha amiga Ana Rita Leite que esteve sempre do meu lado e ouviu tantas vezes as minhas reclamações.

Obrigada a todos pelo carinho, amor e dedicação.

Resumo

O presente relatório, realizado no âmbito do Mestrado em Educação Pré-Escolar, dá conta de um processo de aprendizagem desenvolvido ao longo da prática de ensino supervisionada em contextos de creche e jardim de infância e da realização de um exercício investigativo emergente dessa prática. Numa primeira parte do trabalho, são evidenciados os aspetos mais importantes vivenciados em três contextos de estágio, sendo eles creche e jardim de Infância. A segunda parte dá conta de todo o processo inerente ao exercício investigativo em torno da seguinte questão proveniente da prática pedagógica: “Como organizar os momentos da refeição de forma a promover a autonomia e a participação das crianças?” e que teve como objetivos: compreender a importância da hora da refeição; perceber como é feita a organização da hora da refeição; como promover a participação e autonomia das crianças na hora da refeição e identificar os desafios com que as educadoras se deparam, baseado nas experiências e nas aprendizagens mais significativas no âmbito dos períodos de prática de ensino supervisionada, em dois contextos diferentes: creche e jardim de infância. Tratou-se de um estudo de cariz qualitativo em que se realizaram entrevistas semidiretivas com quatro sujeitos dos quais: i) a uma educadora de infância a exercer na creche; ii) a uma educadora de infância a exercer num jardim de infância público; iii) a uma educadora de infância a exercer num jardim de infância numa IPSS; iv) e a uma investigadora em educação de infância. Através da análise dos dados foi possível verificar que as participantes reconhecem a dificuldade de gestão no momento da refeição, sendo que esta é mais evidente em contexto de creche do que em contexto de jardim de infância, pois na creche as crianças são muito pequenas e não têm tanta autonomia. As profissionais referem, ainda, que são momentos excelentes para promover e consolidar novas aprendizagens, mas, contudo, nem sempre é possível pois os momentos da refeição são momentos normalmente de maior confusão e agitação. Nem sempre são respeitadas as necessidades individuais das crianças, pelo que urge adotarem-se mudanças na organização do ambiente educativo. Desta forma, o ideal seria tornar estes momentos da rotina mais tranquilos e promover novas aprendizagens, assegurando que as crianças continuem a experimentar tanto quanto possível.

Palavra-chave: autonomia, participação, organização ambiente educativo, refeição, educação de infância.

Abstract

This report, carried out within the scope of the Master's Degree in Pre-School Education, reports on a learning process developed over the course of supervised teaching practice in daycare and kindergarten contexts and the realization of an investigative exercise emerging from this practice. In the first part of the work, the most important aspects experienced in three internship contexts are highlighted. The second part deals with the entire process inherent to the investigative exercise around the following question from the pedagogical practice: "How to organize the moments of eating in order to promote the autonomy and participation of children?" and which had the following objectives: to understand the importance of mealtime; we realize how the organization of mealtime is done; how to promote the participation and autonomy of children at mealtimes and identify the challenges faced by educators, based on the most important experiences and learnings in the context of supervised teaching periods, in two different contexts: daycare and kindergarten. This was a qualitative study in which four semi-directive changes were carried out: i) a kindergarten teacher working in the day care center; ii) a kindergarten teacher working in a public kindergarten; iii) a kindergarten teacher working in a kindergarten in an IPSS; iv) and a researcher in early childhood education. Through data analysis, it was possible to verify that the participants recognize the difficulty of managing the meal, more in a daycare context than in a kindergarten context, as the children are very young in the daycare center and do not yet have autonomy. They also refer that these are excellent moments to promote and consolidate new learning, but, however, it is not always possible, as meal times are usually times of greater confusion and confusion. They are not always respected as children's individual needs, which is why they encourage changes in the organization of the educational environment. In this way, the situation is to make these moments of routine more relaxed and promote new learning, ensuring that children continue to experiment, also in this moment / space, as much as possible.

Keyword: autonomy, participation, educational environment organization, meal, childhood education

Índice

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract	iv
Introdução	1
Parte I – Prática de Ensino Supervisionada	3
1. Prática de Ensino Supervisionada em Creche	3
1.1. Caracterização da Instituição	3
1.2. Caracterização da sala	4
1.3. Caracterização do grupo	4
1.4. Projeto	6
2. Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância I	10
2.1. Caracterização da Instituição	10
2.2. Caracterização da sala	11
2.3. Caracterização do grupo	12
2.4. Projeto	12
3. Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância II	16
3.1. Caracterização da Instituição	16
3.2. Caracterização da sala	16
3.3. Caracterização do grupo	17
3.4. Projeto	18
4. Desenvolvimento Profissional	23
Parte II – Exercício Investigativo	25
1. Motivos que estão na base do exercício investigativo	25
2. Enquadramento Teórico	29
2.1. O momento da refeição na Creche	29
2.2. O momento da refeição na Educação Pré-escolar	31
2.3. A promoção da participação e autonomia	32
3. Tipo e pertinência de estudo	37
4. Questão de investigação e objetivos	38
4.1. Contexto e participantes	38
4.2. Processos de recolha e tratamento de dados	39
5. Apresentação e discussão dos resultados	41
5.1 Especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação ...	41
5.2 Educadora 1 (Público)	43
5.3 Educadora 2 (IPSS)	47

5.4. Educadora 3 (IPSS).....	49
6. Principais Conclusões.....	51
Reflexão Final	53
Referências Bibliográficas	55
Anexos	56
Guião da Entrevista.....	56
Entrevista 1 - Especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação de infância	65
Entrevista 2- Educadora de jardim de infância (Publico)	71
Entrevista 3- Educadora de creche (IPSS)	77
Entrevista 4- Educadora de jardim de infância (IPSS)	84

Índice de Imagens

Figura 1- Registo da atividade que correu menos bem	8
Figura 2 - Registo da atividade que correu bem.....	8
Figura 3 - Registo da atividade - correu bem	15
Figura 4 - Registo da atividade - correu bem	15

Índice de Tabela

Tabela 1- Guião de Entrevista.....	40
------------------------------------	----

Introdução

A realização do presente relatório no âmbito do mestrado em educação pré-escolar e a sua defesa em contexto de provas públicas permitem a concessão do grau de mestre e confere habilitação para a docência a este nível de ensino.

Durante este mestrado, aquando da Prática Educativa Supervisionada realizei diferentes estágios em contexto de creche e jardim de infância. Estes estágios foram bastantes importantes para a minha formação inicial como futura Educadora, na medida em que foi possível ter um contacto mais direto e deste modo ter a possibilidade de vivenciar o dia a dia nestes dois contextos educativos.

Ao longo deste trabalho serão, assim, apresentadas as principais aprendizagens realizadas adquiridas.

A partir da prática surgiram algumas questões, nomeadamente, sobre participação e autonomia no que respeita à organização dos momentos da refeição dada a sua relevância para o processo educativo da criança nestas idades. Por conseguinte, após algumas pesquisas, a questão de investigação definiu-se da seguinte forma: Como organizar os momentos de refeição de forma a promover a autonomia e a participação das crianças?

No desenvolvimento deste exercício investigativo foram estabelecidos vários objetivos, a saber: compreender a importância da hora da refeição; perceber como é feita a organização da hora da refeição; como promover a participação e autonomia das crianças na hora da refeição; e identificar os desafios com que as educadoras se deparam.

Este documento encontra-se organizado em três partes.

A primeira parte contempla a apresentação dos contextos de estágios referidos anteriormente, nomeadamente, as caracterizações dos estabelecimentos educativos, das salas, dos grupos, dos projetos desenvolvidos durante o estágio, destacando algumas atividades, relatando experiências vivenciadas e aprendizagens significativas, e por último, o desenvolvimento profissional que é uma reflexão/autoavaliação sobre os aspetos do meu percurso de aprendizagem nos vários contextos de estágio.

A segunda parte deste trabalho refere-se ao exercício investigativo composto por três estudos. Primeiramente, consta o percurso do desenvolvimento investigativo que explica de forma breve como surgiu o exercício investigativo, em seguida, as questões

de investigação e os objetivos que oferecem orientação para todo o percurso. Apresenta-se a revisão da literatura que procura enquadrar a problemática, bem como as opções metodológicas realizadas, a descrição do tipo de estudo, justificação das estratégias adotadas bem como os procedimentos seguidos na construção e validação do instrumento de análise de dados. Por fim, apresentam-se os resultados.

Na terceira parte deste trabalho, concluo como uma reflexão final de todo o processo.

Parte I – Prática de Ensino Supervisionada

Neste capítulo apresento os contextos nos quais realizei os diferentes estágios da prática de ensino supervisionada ao longo do mestrado em educação pré-escolar, e nos quais tive oportunidade de colocar em prática os diferentes projetos de investigação.

Começo por apresentar a caracterização das instituições: os diferentes espaços, os diferentes grupos que acompanhei e os projetos desenvolvidos ao longo de cada estágio, destacando assim duas atividades por estágio e a avaliação geral dos projetos.

1. Prática de Ensino Supervisionada em Creche

O estágio em contexto de creche foi realizado numa Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), tem como área de intervenção o Concelho de Santarém, apoiando sobretudo as freguesias do meio rural, no sentido de promover um desenvolvimento integrado e endógeno das suas populações.

1.1. Caracterização da Instituição

O estágio decorreu na valência de creche, integrada no departamento de ação social da área de infância de uma IPSS que tinha como objetivo agir a nível local a fim de formar culturalmente.

A valência de creche foi inaugurada em setembro de 1995, tendo associados vários projetos tais como, ATL, apoio domiciliário e amas da segurança social. Este espaço era dotado de um refeitório onde eram realizadas as refeições das crianças da sala de um ano e dos dois anos, uma sala de refeições para as crianças do berçário onde existia também uma copa onde eram preparadas algumas das refeições, como por exemplo as papas.

A creche era composta por 3 salas, o berçário, a sala de um ano e a sala de dois anos. Cada sala dispunha de uma casa de banho/fraldário.

O espaço tinha uma sala de acolhimento/saídas bem como um vestuário para as educadoras, auxiliares e as restantes colaboradoras. Existia ainda um gabinete de reuniões e de atendimento aos pais.

1.2. Caracterização da sala

Segundo Trescents, Martínez, Aguadé e García (2002, p.5) a organização do espaço é essencial dado que “as crianças necessitam de um ambiente acolhedor e seguro, onde podem lidar com o conhecimento gradual do meio e adquirir os recursos que lhes permitam aceder a ele”.

A sala do berçário estava dividida em duas zonas: a zona parque onde existia o berçário onde se faziam as sesta; o fraldário onde eram feitas as mudas de fraldas e roupas e no exterior da sala existia a copa onde eram realizadas as refeições do grupo.

1.3. Caracterização do grupo

O grupo com o qual estagiei era composto por dez crianças (seis rapazes e quatro raparigas), com idades compreendidas entre os cinco e os doze meses. Esta discrepância de idades conferia-lhes características uma vez que se encontravam em diferentes etapas de desenvolvimento.

No que diz respeito ao grupo, este apresentava-se bastante curioso, afetivo, e um grupo social procurando sempre interação com o que o rodeia. A nível das interações o grupo explorava bastante os brinquedos da sala, sendo muito curioso aquando do aparecimento de novos. Contudo as interações entre as crianças eram fracas, existindo mais interação com os adultos da sala, o que potenciava, essencialmente, uma ligação entre criança-objeto-adulto.

Relativamente à comunicação a maior parte das crianças realizava poucas verbalizações, recorrendo maioritariamente a gestos para comunicarem com os adultos. Contudo já sabiam reconhecer e identificar o nome dos restantes colegas, mas ainda não reconheciam o seu próprio nome.

Ao nível da motricidade nem todas as crianças já tinham adquirido a marcha, mas movimentavam-se de forma autónoma, gatinhando e utilizando os objetos como apoio para se levantar e caminhar.

Ao nível da alimentação, a autonomia era bastante reduzida visto que a maior parte das crianças necessitavam de auxílio para se alimentar. Aquando da aplicação de

estratégias diversificadas tornava-se fácil cativar a atenção destas, conseguindo de forma mais rápida e eficaz estimular novas aprendizagens e ganhar a sua confiança.

1.4. Projeto

O projeto educativo da instituição intitula-se “O mundo das cores” e o seu objetivo central é proporcionar à criança um ambiente que estimule e incentive os interesses e curiosidade das crianças promovendo assim o desenvolvimento integral da criança ao nível socio afetivo, cognitivo e psicomotor, valorizando acima de tudo as relações ricas e estimulantes entre as crianças e com os adultos.

A sua intenção é que a criança aprenda a conhecer-se, não só a si, como à sua família e aos outros, como também interagir com o mundo que a rodeia. Assim, favorece um ambiente relacional seguro e acolhedor, onde a criança é valorizada e escutada.

A sua prática pedagógica procura incutir valores de “excelência”, valores humanos, sociais e morais que ajudem a criança a conviver em grupo, a respeitar e a treinar relações interpessoais.

A avaliação do projeto consiste na observação direta e sistemática das crianças, nos registos, no trabalho diário, na adequação metodológica. Tem como suporte os trabalhos realizados e os registos fotográficos.

Para criar o projeto de estágio, eu e o meu par de estágio, focámo-nos nas características do grupo. Compreendi que ao realizar o meu estágio numa sala de berçário, as experiências realizadas devem proporcionar às crianças a estimulação sensorial, sendo que desta forma são estimulados os sentidos das mesmas, desencadeando assim aprendizagens e experiências significativas. De acordo com o projeto educativo da instituição “O mundo das cores” e com o projeto pedagógico de sala “Os sentidos e as cores” foi desenvolvido um projeto permitindo que a criança através da exploração estivesse envolvida na ação e adquirisse aprendizagens significativas ao mesmo tempo que usufruía de várias experiências prazerosas.

Segundo Gabriela Portugal “um ambiente bem organizado, onde objetos estimulantes estão acessíveis e onde há uma variedade de escolhas e desafios visuais, tácteis e motores que chamam a atenção da criança, encoraja a curiosidade, a exploração, e permite que cada criança estabeleça uma relação com o mundo ao seu próprio ritmo.(2008) ”

Através dos projetos mencionados anteriormente não faria sentido se o projeto desenvolvido não tivesse enquadrado nos mesmos, acabando por ficar intitulado de “O Nosso Mundo Colorido”. Uma das principais ferramentas para o desenvolvimento da criança é a aprendizagem feita pela descoberta, desde os mais pequeninos aos mais graúdos.

Segundo Gabriela Portugal, “aquilo que as crianças necessitam é de atenção às suas necessidades físicas e psicológicas, uma relação com alguém em quem confiem, respeito, um ambiente seguro, saudável e adequado ao seu nível de desenvolvimento, oportunidades de interagir com outras crianças e liberdade para explorar utilizando todos os seus sentidos” (1988:208).

O desenvolvimento do bebé deve ser estimulado pelos adultos através dos seus sentidos pois estes são as suas ferramentas para explorar o mundo que os envolve antes de conseguirem deslocar-se nele autonomamente. Essa perceção do mundo vai ser avaliada, positiva ou negativamente, instigando atitudes por parte da criança.

Os órgãos sensoriais são os primeiros que começam a funcionar de forma que a criança absorve o ambiente rodeante. A criança deve vivenciar experiências novas através de brincadeiras que lhes permita utilizar os sentidos e o corpo para conhecer o mundo que a rodeia.

Na realização do projeto “Os Nossos Mundo Coloridos” foram definidos objetivos tais como, o desenvolvimento da motricidade fina e grossa, promover as capacidades sensoriais, fomentar a curiosidade natural, desenvolvimento do pensamento criativo e promover capacidades visuais, manipulativas.

Para alcançar os objetivos mencionados anteriormente foram definidas várias estratégias sendo elas, brincadeiras livres ou orientadas, utilização de imagens ilustrativas, canções, criar o efeito surpresa, utilizar materiais apelativos, diversificados promovendo interações e explorando movimentos corporais.

Por base da avaliação encontra-se: a observação direta, registos escritos bem como registos fotográficos, grelhas de observação/avaliação e conversas com a educadora cooperante e auxiliar.

Partindo da temática das cores e do mundo envolvente, foi de seguida um grande desafio planificar para um grupo de berçário, mas as elaborações das planificações

foram sempre com base no bem-estar da criança e do grupo sempre indo ao encontro dos objetivos definidos.

No desenvolvimento das minhas planificações, senti-me bastante reticente nas atividades a serem realizadas, pois, tinha receio das atividades planificadas não se enquadrarem na faixa etária da sala bem como a forma como implementar as mesmas com crianças tão pequenas.

Tenho a destacar uma atividade planificadas que considero que correu bem, a atividade do arco das cores. Nesta atividade levei o arco previamente pronto, este tinha fitas de diferentes e o objetivo desta era a exploração das várias texturas e cores. Ao concretizar esta atividade senti-me muito realizada pois houve um grande envolvimento e entusiasmo pela mesma, o que foi proposto por parte da educadora cooperante que a mesma fizesse parte da sala.

Deum modo geral os objetivos estabelecidos na planificação foram cumpridos, pois, foi possível que as crianças explorassem os diferentes materiais e texturas, bem como observassem as diferentes cores.

Destaco também uma atividade que considero que correu menos bem, a atividade da elaboração da árvore de natal. Nesta atividade levei uma árvore de natal pré-feita e a sua decoração, coloquei a árvore e as respetivas peças espalhadas pela sala e esperei que as crianças fossem ao encontro das mesmas, despertando a curiosidade.

Ao observar a sua curiosidade as crianças foram e colocaram os diferentes enfeites na árvore.

Após conversa com a educadora percebi que a atividade estava bem planificada e poderia ter corrido muito bem se o material utilizado fosse outro mesmo para a exploração dos seus diferentes materiais utilizados.



Figura 1 - Registo da atividade que correu bem



Figura 2- Registo da atividade que correu menos bem

Os projetos, tanto da escola bem como o do grupo defendiam o desenvolvimento da autoconfiança, autoconhecimento, autonomia, autodescoberta, cooperação e entreaajuda das crianças.

Sendo um estágio realizado no berçário, consegui realmente perceber que não só a hora de atividade é valorizada, mas também toda a rotina pois em todos os momentos do dia é possível promover aprendizagens. Gabriela Portugal refere que “os cuidados da rotina são momentos importantes oferecendo oportunidades únicas para interações didáticas, e para aprendizagens sensoriais, comunicacionais e atitudinais “

No final da implementação do projeto, as crianças progrediram a diferentes níveis, tais como: locomoção, à comunicação não-verbal e interação com as outras crianças bem como com o adulto e todo o seu empenho na concretização das atividades propostas.

2. Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância I

No Mestrado em Educação Pré-Escolar, a segunda prática de Ensino supervisionada foi realizada na valência de pré-escolar, numa escola de carácter público, pertencente a um Agrupamento de escolas de Santarém.

2.1. Caracterização da Instituição

“A educação pré-escolar é a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida, sendo complementar da ação educativa da família, com a qual deve estabelecer estreita cooperação, favorecendo a formação e o desenvolvimento equilibrado da criança, tendo em vista a sua plena inserção na sociedade como ser autónomo, livre e solidário.” - Fonte: Direção Geral da Educação - Educação de Infância

O segundo estágio de intervenção em Jardim de Infância foi realizado numa instituição de cariz público, situada num bairro maioritariamente habitado pela classe média, constituído por prédios, pertencente ao concelho de Santarém.

Esta instituição existe há cerca de 26 anos, sendo que o edifício é uma casa habitacional antiga que foi doada á Camara Municipal de Santarém, que decidiu aproveitá-la para a criação de um Jardim de Infância, que se mantém ativo até aos dias de hoje.

A instituição é constituída por três pisos, sem acessos (rampas de baixa inclinação) para crianças com deficiência. Contém um espaço exterior bastante abrangente, salientando o facto de que o refeitório e o ginásio se encontrarem fora do edifício principal.

No Rés do Chão do edifício principal existe duas casas de banho, o gabinete da coordenadora, uma casa de banho para adultos, duas salas de jardim de infância. No primeiro andar existe uma sala de jardim de Infância com casa de banho para as crianças. No segundo andar existe uma sala para o tempo de descanso, uma arrecadação e uma sala de isolamento.

Fora do edifício principal existe um salão onde as crianças se dirigem com os pais quando chegam ao jardim, sendo que aqui se encontram os cabides das crianças com os respetivos nomes e fotografias dos alunos.

Nos cabides as crianças colocam as mochilas com os lanches, uma vez que é neste salão que lancham e almoçam.

Existe uma zona onde as crianças se sentam, acolhimento, e um ginásio mesmo por cima do salão. Este ginásio é um espaço bastante amplo, onde têm atividades de Expressão Motora, ou onde brincam caso as condições atmosféricas não permitam a ida ao exterior.

2.2. Caracterização da sala

“Um ambiente bem pensado promove o progresso das crianças em termos de desenvolvimento físico, comunicação, competências cognitivas e interações pessoais.”
Post e Hohmann (2007, p.101)

A sala está organizada a pensar nas crianças, na sua autonomia; na promoção da interação social entre elas, garante o bem-estar, a motivação, possibilita o trabalho em pequeno/grande grupo, pares ou com a educadora.

O facto de estar organizado por áreas, atende às necessidades das crianças, possibilita o jogo simbólico, a representação e a exploração de umas multiplicidades de linguagens. Permitindo o desenvolvimento das áreas de conteúdo, proporcionando aprendizagens.

Os materiais encontram-se devidamente organizados e ao acesso das crianças o que conduz ao trabalho autónomo e á iniciativa.

A sala encontra-se dividida em áreas: Área de grande grupo-Tapete, marcação de mapas, conversa, planeamento, avaliação, histórias, canções.../ Jogos de tapete; Área da biblioteca/ Leitura/ escrita- contém livros numa estante, ao nível das crianças.

A área dos jogos de tapete- funciona no local da conversa de grande grupo- contém jogos de construção, animais, e o material da garagem. A área da casinha- as crianças têm materiais que permite o jogo simbólico, reproduzindo situações do seu quotidiano e atribuir diversos significados aos materiais existentes, através da livre exploração. A área da expressão plástica- está dividida em quatro áreas, pintura, recorte e colagem, moldagem e desenho. Esta última, permite às crianças representar vivências, emoções, temas, histórias...assim como reutilizar materiais. A área das novas tecnologias – existe um computador que é utilizado pelo educador e pelas crianças.

Nestas áreas as crianças desenvolvem competências informáticas, nomeadamente no que diz respeito ao manuseamento, exploração de jogos. A área das ciências e

matemática- não tem uma área definida, mas não é por isso que não é trabalhada. Área do Inglês, onde se encontram materiais feitos pelas crianças: flashcards, livros, fantoches associados às histórias e alguns jogos, todo este material encontra-se junto à cabine de telefone típica inglesa.

2.3. Caracterização do grupo

O grupo com quem tive oportunidade de estagiar era multietário, composto por 19 crianças (10 rapazes e 9 raparigas) entre os 3 e os 6 anos. É um grupo alegre, curioso, motivado, muito ativo no desenrolar das atividades.

Demonstram uma boa relação entre os pares da sala e das outras salas, assim como com os adultos. Revelam boas capacidades motoras. São crianças muito curiosas e destemidas em relação a novas experiências.

No que diz respeito ao espaço exterior, as atividades têm grande adesão. As crianças regam, plantam, semeiam, limpam o espaço e estão sempre atentos à sua preservação.

São crianças conscientes da dinâmica da sala. Aderiram naturalmente ao projeto bilíngue, de forma lúdica, que entrou bem nas suas rotinas.

O grupo é autónomo e organizado o que permite a adoção de práticas pedagógicas diferenciadas, com respostas às suas características, interesses e necessidades.

2.4. Projeto

Relativamente ao Projeto de escola a educadora cooperante informou que se baseou nos objetivos do projeto do agrupamento para criar atividades para o respetivo de acordo com as suas características. Posto isto o nosso projeto foi baseado no Projeto Educativo, em que o mesmo “procura estimular a mobilização, a participação e a cooperação de todos os elementos da comunidade educativa, constituindo-se como uma organização que continuamente se pensa a si própria, na sua missão e estrutura, e se confronta com o desenrolar da sua atividade num processo simultaneamente avaliativo e formativo, articulando os esforços e aproveitando as oportunidades ao seu alcance.”

E a partir daquilo que se difunde (e publica) através do Projeto Pedagógico escolar, podemos entender o que possibilita este alcance tão significativo do viver o mundo e dar-se conta da sua importância para a História. Ao planearmos, por exemplo, saídas de campo como a viagem de estudos, para além do tão rico significado que

encontramos no ato de viajar, encontramos presente uma ação educacional, parte do ensino e da aprendizagem, talvez inconcebível para quem não está, naquele momento, realizando tal ação.

“Os Projetos Educativos são de acordo com o número 1 do artigo 9º do Decreto – Lei nº 75/2008, de 22 de abril, o documento que consagra a orientação educativa da instituição escolar, elaborado e aprovado pelos seus órgãos de administração e gestão para um horizonte de três anos, no qual se explicitam os princípios, os valores, as metas e as estratégias segundo os quais essa instituição propõe cumprir a sua função educativa.

O Projeto Educativo surge como um instrumento que possibilita a definição e a formulação das estratégias que vão fazer da escola/instituição o espaço organizacional onde se decidem os desafios educativos, funcionando como fator impulsionador da sua autonomia.”

Ao abordar a temática anteriormente referida, pretende-se que o educador alcance os seguintes objetivos: Ministrando um ensino de qualidade e contribuir para o sucesso escolar do aluno, entendendo-se como sucesso o seu desenvolvimento cognitivo, emocional e social harmonioso a par da aquisição adequada de conhecimentos relevantes, preparar os alunos, desenvolvendo-lhe competências que permitam responder aos diversos desafios do futuro, nomeadamente, de prosseguimento de estudos e do mercado de trabalho, formar indivíduos com uma sólida formação pessoal, social, com espírito pluralista, aberto ao diálogo, capazes de julgarem com espírito crítico e serem empreendedores.

Após a análise do projeto educativo, eu e o meu par de estágio, sugerimos dar ao nosso projeto o nome de “Viajar com...”, em que cada semana tinha uma temática e a mesma foi abordada e complementada através de visitas de estudo. Uma vez que nos encontrávamos no final do ano letivo, todas as atividades já estavam planeadas e orientadas, por isso decidimos aproveitar todas as visitas de estudo, para podermos explorar e tirar o máximo de partido delas, através de experiências e conhecimentos prévios que cada criança teria acerca do tema de cada semana. Este projeto foi dirigido às crianças da sala 2, com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos.

Após a semana de observação e da análise das Atividades Pedagógicas que a Educadora preparou para o grupo 2, achamos que ao fazermos uma breve abordagem a cada local de cada semana iríamos despertar a curiosidade das crianças para novas temáticas.

Pretendemos com este tema explorar com as crianças várias áreas de conteúdo (Formação Pessoal e Social; Expressão e Comunicação; Conhecimento do Mundo) relacionando-as com o mesmo, de modo a que consiga aproximar cada vez mais as crianças das questões educativas. As atividades em si poderão ser compostas por pequenos jogos lúdicos, experiências, entre outros.

De acordo com o tema escolhido foram definidos os objetivos, cooperar com os outros no processo de aprendizagem, nomeadamente partilha de conversa acerca dos diversos temas apresentados, analisar e envolver as crianças nos guiões de exploração dos locais que irão visitar, sensibilizar a novas aprendizagens fora do espaço escolar, agir, procurando, no próprio campo de pesquisa, que informações conhecidas conseguem recolher, desenvolver a psicomotricidade, trabalhando a motricidade com diferentes materiais, desenvolver a criatividade, produzindo elaboraçõess plásticas acerca desta temática. Este projeto foi desenvolvido no período de 7 a 31 de maio de 2019 com as seguintes estratégias globais: efeito surpresa e materiais apelativos e diversificados (promovendo interações e criando situações de trabalho em pequeno e grande grupo). A avaliação do projeto foi feita através de registos fotográficos, filmagens e observações diretas.

Ao implementar as minhas atividades destaco uma atividade que considero que correu bem, a que dei o nome “vamos fazer a nossa família”. Esta atividade consistia em que cada criança fizesse a sua família em fantoches utilizando materiais reciclados. Na realização desta atividade consegui trabalhar todas as áreas de conteúdo e foi uma atividade onde houve uma grande participação, motivação e empenho. Em conversa com a educadora, a mesma afirmou que a atividade foi ao encontro dos objetivos e foi muito bem concretizada, onde obtivemos resultados primorosos.

Destaco também uma atividade que correu menos bem, á qual dei o nome “o jogo da memória” que consistia em contar uma história sobre os dinossauros e as suas emoções. Ao realizar algumas perguntas, as crianças teriam de destacar as emoções faladas nessa história. Após a atividade, foi realizada uma conversa com a educadora, foi-me explicado que as atividades estavam muito bem pensadas, mas que a estratégia escolhida não foi a melhor, pois, a maneira como coloquei as perguntas às crianças não foi a acertada. A educadora sugeriu-me também que utilizasse outras imagens para a abordagem do tema e para começar sempre por aquilo que as crianças já sabiam, o que concordei de imediato, essa sim, seria a melhor forma de abordar o mesmo.



Figura 3 - Registo da atividade -
correu bem bem



Figura 4 - Registo da atividade – correu menos

No final da implementação do projeto, as crianças já cooperavam com os outros no processo de aprendizagem, nomeadamente na partilha de conversa acerca dos diversos temas apresentados, bem como a sua capacidade de análise e de colaboração dos guiões de exploração dos locais visitados desenvolvendo a sua criatividade produzindo elaborações plásticas acerca das temáticas.

3. Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância II

O terceiro estágio de intervenção em Jardim de Infância foi realizado numa instituição, situada em meio urbano. É um estabelecimento de educação pré-escolar da rede pública do ministério da Educação.

3.1. Caracterização da Instituição

O Agrupamento desta instituição foi criado no ano letivo 2001/2002. Este Agrupamento é uma unidade organizacional dotada de órgãos próprios de administração e gestão, que engloba estabelecimentos de educação e ensino dos níveis pré-escolar, 1º, 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico Público, favorecendo o percurso sequencial dos alunos na sua área de abrangência.

3.2. Caracterização da sala

“Um ambiente bem pensado promove o progresso das crianças em termos de desenvolvimento físico, comunicação, competências cognitivas e interações pessoais.”
Post e Hohmann (2007, p.101)

A sala, encontrava-se dividida por áreas: Área de grande grupo-Tapete; marcação de mapas; conversa; planeamento; avaliação; histórias; canções.../ Jogos de tapete; Área da biblioteca; Leitura; escrita (contém livros numa estante), ao nível das crianças.

A área dos jogos de tapete- funciona no local da conversa de grande grupo- contém jogos de construção, animais, e o material da garagem.

A áreas da casinha- as crianças têm materiais que permite o jogo simbólico, reproduzindo situações do seu quotidiano e atribuir diversos significados aos materiais existentes, através da livre exploração.

A área da expressão plástica- está dividida em quatro áreas, pintura, recorte e colagem; moldagem e desenho (esta área permite às crianças representar vivências, emoções, temas, história, assim como reutilizar materiais).

A área das novas tecnologias – existia um computador que era utilizado pelo educador e pelas crianças. Nesta área as crianças desenvolviam as competências informáticas, no que diz respeito ao manuseamento, exploração de jogos.

A área dos fantoches onde as crianças podem recriar histórias trabalhando a expressão dramática.

A área das ciências e matemática- tinha uma área definida, e é explorada quando as crianças assim o desejam.

A sala estava organizada a pensar nas crianças, na sua autonomia; na promoção da interação social entre elas: garante o bem-estar, a motivação, possibilitando o trabalho em pequeno/grande grupo, a pares ou com a educadora.

O facto de estar organizado em áreas, atende às necessidades das crianças, possibilitando o jogo simbólico, a representação e a exploração de multiplicidades de linguagem. Permitindo o desenvolvimento das áreas de conteúdo, proporcionando a sua aprendizagem.

Os materiais encontravam-se devidamente organizados e ao acesso das crianças o que conduz ao trabalho autónomo e à iniciativa própria.

A sala tinha uma grande área, muito iluminada, pois existiam janelas grandes para o exterior.

3.3. Caracterização do grupo

O grupo com o qual estagiei era um grupo multietário, composto por vinte e cinco crianças, entre os três e os seis anos (catorze rapazes e onze raparigas).

Este grupo de crianças era multicultural, sendo composto por dezoito crianças de nacionalidade portuguesa, uma Romena, uma Síria, duas brasileiras, três indianas e duas crianças de dupla nacionalidade (portuguesa/brasileira e portuguesa/indiana). Apesar das diferentes nacionalidades, maior parte das crianças dominavam bem a língua portuguesa, à exceção duas de nacionalidade indiana.

No grupo existiam também três crianças com necessidades educativas especiais, duas com Autismo e uma com défice de Desenvolvimento Cognitivo.

O grupo com quem tive oportunidade de estagiar era um grupo alegre, curioso, motivado, muito ativo no desenrolar das atividades, bastante assíduo e autónomo.

Demonstravam uma boa relação entre os pares da sala e das outras salas, assim como com os adultos. Revelavam boas capacidades motoras. Eram crianças muito curiosas e destemidas em relação a novas experiências.

No que diz respeito ao espaço exterior, as atividades eram de grande participação. As tarefas incluíam: regar, plantar, semear, limpar o espaço e estão atentos à sua preservação.

O grupo era autónomo e organizado, o que nos permitia a adoção de práticas pedagógicas diferenciadas, com respostas às suas características, interesses e necessidades.

3.4. Projeto

A educadora da sala baseou-se nos objetivos do projeto do agrupamento para criar atividades para o respetivo de acordo com as suas características. Posto isto o nosso projeto foi baseado no Projeto eTwinning “Artists to discover”.

O projeto eTwinning disponibiliza uma plataforma onde os profissionais da educação que trabalham em escolas dos países europeus envolvidos, possam comunicar, colaborar, desenvolver projetos e partilhar, ou seja, sentir-se, e efetivamente ser, parte da mais estimulante comunidade de aprendizagem na Europa.

A Creche, o Pré-Escolar e a Escola devem ser espaços de prazerosos, pois neles há afeto. São locais onde se aprendem coisas que, no momento, as crianças julgam úteis e necessárias porque lhes dizem respeito, ou porque elas, os educadores/professores ou os acontecimentos lhes despertam a curiosidade para a investigação.

Deste modo, tínhamos como finalidade proporcionar às crianças uma grande diversidade de atividades que promovessem/estimulassem as suas capacidades imaginativas e que lhes dessem acesso novos caminhos para além do real.

Procurámos sempre desenvolver um trabalho que fosse ao encontro do trabalho já desenvolvido pela educadora cooperante e também procurámos seguir as estratégias características do modelo pedagógico dominante *Reggio Emilia*.

Não podemos descorar o facto de já existir uma planificação elaborada pela educadora, sendo para tal, necessário adaptar a nossa intervenção e o nosso projeto.

Ao abordar a temática anteriormente referida em creche, foram definidos os seguintes objetivos: expressar sentimentos de afeto, tanto pelos adultos como pelos colegas: respeitar e aceitar a companhia do outro sem nenhum tipo de discriminação, mostrar iniciativa por partilhar os brinquedos, objetos e materiais pessoais e coletivos,

partilhar os diferentes momentos do dia com cada um dos colegas, adquirir e desenvolver hábitos de cooperação, desenvolver a capacidade de comunicação com os outros atendendo à solidariedade e à cooperação, perceber e respeitar as normas estabelecidas dentro do grupo e do ambiente educativo, adequar o próprio comportamento às normas de segurança e prevenção, utilizar a linguagem oral como veículo para evitar e/ou resolver conflitos, evitar lutas e estabelecer comunicação com o adulto para solucionar problemas de relação, adquirir hábitos em relação ao cuidado do próprio corpo e ambiente; desenvolver a autoestima; adquirir hábitos de cuidado e respeito em relação aos animais, plantas, flores e os elementos do meio natural em geral, adquirir hábitos em relação ao respeito e valorização dos brinquedos, objetos e materiais escolares, aceitar progressivamente as suas possibilidades e limitações para favorecer o desenvolvimento de uma autoestima positiva, desenvolver a consolidação da autonomia na aquisição de hábitos e resoluções de atividades e iniciar-se na capacidade de tomar decisões.” Fonte: Projeto Pedagógico; Grupo 1 Ano B; Ano Letivo: 2018/2019, p.11

A envolvimento de toda a comunidade educativa é fundamental para a concretização do projeto que se pretende instituir. De forma a favorecer a criatividade, autonomia, colaboração, confiança, negociação, avaliação formativa e permanente foram utilizadas as seguintes metodologias: ficha de Avaliação Diagnóstica, PDI – Plano de Desenvolvimento Individual (planeamento), modelo de Programa de Acolhimento Inicial – Geral.

Este modelo é dado a conhecer aos pais um mês após o início da frequência (crianças novas), projeto Pedagógico, plano de Atividades de Sala (semanal), registo de Cuidados Pessoais – individual, PDI – Plano de Desenvolvimento Individual (relatório).

Após conversa com a educadora e com o meu par de estágio decidimos então intitular o nosso projeto de “Sorrisos com arte”.

A partir daquilo que se difunde (e publica) através do Projeto Pedagógico escolar, podemos entender o que possibilita este alcance tão significativo do acesso à arte e à cultura artística, permitindo a intervenção por parte do que as crianças já sabem e são capazes de fazer de seu prazer em explorar manipular, transformar e criar, para que estas tenham uma aprendizagem diversificada que garantem o direito de todas ao acesso à arte e à cultura artística.

É na sala de aula que o relacionamento social acontece, no convívio com os colegas, com os educadores, uma vez que cada indivíduo traz consigo uma bagagem de conhecimento.

A partir disso a sala de aula torna-se um espaço acolhedor das manifestações artístico-culturais capazes de facilitar o desenvolvimento individual e coletivo, prezando a qualidade dos conteúdos explorados.

A educação de qualidade deve chegar até a criança respeitando os seus ritmos e limites, a sua realidade, os seus movimentos contínuos, a sua natural desatenção e seu eterno desejo de brincar e explorar o mundo ao redor. É exatamente por isso que o educador deve aproveitar-se dessa curiosidade e trabalhar as artes integrando todas as outras áreas curriculares, explorando estas de uma forma dinâmica e através da brincadeira, mas num ambiente de aprendizagem.

O ponto de partida para o nosso projeto da PES está relacionado com os nossos temas de investigação, nomeadamente o tema da importância das ciências experimentais e o tema da autonomia e organização nos momentos da alimentação em JI nas atividades pedagógicas.

Este plano de intervenção terá por base um projeto de eTwinning acerca de arte, por isso iremos trazer diversos artistas, de variadas áreas, para mostrar diversos tipos de arte.

É exatamente por isso que o educador deve tirar proveito dessa curiosidade e trabalhar as artes integrando todas as outras áreas curriculares, explorando estas de uma forma dinâmica, através da brincadeira, mas num ambiente de aprendizagem.

Com este projeto pretendemos não só atingir os objetivos anteriormente apresentados, mas também ter em conta o facto de envolver as crianças tanto nas atividades como em momento de brincadeira, estimulando e desenvolvendo a sua imaginação; promovendo a relação escola-família e procurando que estas adquiram aprendizagens significativas.

É na sala de aula que o relacionamento social acontece, no convívio com os colegas, com os educadores, uma vez que cada indivíduo traz consigo uma bagagem de conhecimento. A partir disso a sala de aula transforma-se um espaço acolhedor das manifestações artístico-culturais capazes de facilitar o desenvolvimento individual e coletivo, prezando a qualidade dos conteúdos explorados. A educação de qualidade

deve chegar até a criança respeitando os seus ritmos e limites, a sua realidade de vida, os seus movimentos contínuos, a sua natural desatenção e seu eterno desejo de brincar e explorar o mundo ao redor.

Este projeto é dirigido às crianças da sala 1, com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos. O presente projeto de intervenção tem como objetivos: acesso à arte e à cultura artística; desenvolvimento da psicomotricidade, trabalhando a motricidade com diferentes materiais; explorando o espaço físico através de brincadeiras; promovendo a criatividade e o sentido estético; produzindo elaborações plásticas e experimentais, resgatando deste modo as diversas culturas populares regionais; trabalhando a diversidade sonora e cultural e proporcionando à criança o conhecimento das diferentes linguagens artísticas, visuais e performativas - apropriação gradual de instrumentos e técnicas, facilitar a construção de suas competências e habilidades culturais.

O projeto foi realizado no período de 11 de novembro de 2019 a 16 de junho de 2020 e teve com método de avaliação, registos fotográficos e filmagens - álbum digital, produções escritas e observações diretas.

Das várias atividades planificadas, tenho a destacar uma que correu bem, intitulada “As nossas colagens” em que ao levar os moldes previamente feitos de várias imagens em cartão sem qualquer desenho com personagens de uma história e as crianças teriam de fazer colagens para decorar os seus moldes com os vários tipos de material exposto para que fossem feitos fantoches de pau.

Após a realização das personagens, iria ser contada a história com os fantoches. As estratégias foram bem definidas, e a atividade correu muito bem. A atividade foi de grande envolvimento e muito bem concretizada.

Destaco também uma atividade que correu menos bem. O puzzle que eu tinha idealizado com as várias técnicas de pintura que tinham sido feitas ao longo da semana. Após conversa com a educadora decidiu-se a sua não realização, uma vez que ao observar achámos que não iria resultar pois seria difícil a sua execução.

Foi então que decidimos fazer só mesmo um placard com papel de cenário com as várias técnicas realizadas para consolidar assim as aprendizagens realizadas ao longo da semana.

Com as esculturas decidimos fazer uns embrulhos e cada um levou o seu para casa. Apesar de tudo, a estratégia de entrega não foi a melhor, uma vez que a mesma

foi realizada em grande grupo no tapete e houve crianças que não o fizeram por não estarem presentes no dia e então ficaram tristes por não levarem para casa.

No final da implementação do projeto, as crianças já procuravam explorar o espaço físico através de brincadeiras. Verifiquei também, que elas já procuravam trabalhar mais a diversidade sonora e cultural bem como todas as atividades relacionadas com arte promovendo assim a sua criatividade e o seu sentido estético produzindo elaborações plásticas e experimentais.

4. Desenvolvimento Profissional

Neste ponto irei falar primeiramente da autoavaliação e de seguida de todo o processo do percurso de estágio, as minhas dificuldades e aprendizagens.

Os estágios, em contexto de pré-escolar proporcionaram o contacto diário com as crianças e possibilitaram uma troca de experiências e um crescimento a nível pessoal e profissional.

Ao longo do mestrado senti que fui evoluindo em vários aspetos, principalmente na proposta e realização de tarefas nos locais em que tive a oportunidade de estagiar.

O contexto em creche e jardim de infância proporcionaram-me adquirir competências a nível pessoal e profissional. Os estágios, sem duvida, são uma mais valia para o meu percurso futuro na área.

Ao longo de todos os meus estágios procurei sempre pedir auxílio para poder evoluir com maior sucesso. Sinto que com isso ultrapassei várias barreiras.

Tive a oportunidade de acompanhar as educadoras em todos os momentos do seu dia a dia, possibilitando-me adquirir uma grande variedade de conhecimentos.

De acordo com as OCEPE (2016): “Planear implica que o/a educadora/a reflita sobre as suas intenções educativas e as formas de as adequar ao grupo, prevendo situações e experiências de aprendizagem e organizando recursos necessários à sua realização. Planear permite, não só antecipar o que é importante desenvolver para alargar as aprendizagens das crianças, como também agir, considerando o que foi planeado, mas reconhecendo simultaneamente oportunidades de aprendizagem não previstas, para tirar partido delas.

Planear não é, assim, prever um conjunto de propostas a cumprir exatamente, mas estar preparado para acolher as sugestões das crianças e integrar situações imprevistas que possam ser potenciadoras de aprendizagem.”

Os contextos de creche e jardim de infância são das etapas mais importantes na vida das crianças, pois é através delas que se criam bases para um melhor desenvolvimento e aprendizagem escolar.

Durante estes estágios, tive a oportunidade de observar as rotinas do grupo. Após a primeira semana de observação, comecei a intervir alternadamente, com a minha colega de estágio.

A relação com a comunidade escolar foi sempre positiva, o que ajudou na integração e interação tanto com as crianças como com o pessoal docente e não docente.

Durante o estágio e a preparação das atividades que ia realizar com as crianças, tentei de certo modo utilizar novas técnicas de atividades para que estas pudessem vivenciar vários métodos de trabalho.

Sempre que preparava as atividades, apresentava sempre à educadora cooperante e à minha orientadora, para ser de encontro ao que estava no programa e também para perceber o que poderia melhorar.

Na minha opinião, as propostas que fiz tiveram um impacto positivo no grupo, pois as crianças mostraram-se sempre envolvidas, mostrando muito empenho e interesse na resolução das mesmas.

Ao longo das semanas fui sempre registando a evolução do grupo; os trabalhos executados; as planificações; os registos diários do dia-a-dia e o que podia ser melhorado para no final conseguíssemos com estes dados avaliar.

Sinto que durante os estágios fui evoluindo com a ajuda das educadoras cooperantes e orientadoras. Obtive diversas experiências de estágio para o estágio, o que se revelou ser um ponto positivo, pois fui aprendendo como agir em várias situações.

Parte II – Exercício Investigativo

1. Motivos que estão na base do exercício investigativo

Ao longo da minha prática de ensino supervisionada, nos vários contextos de estágio, comecei a prestar muita atenção nos momentos da alimentação das crianças. Nas nossas casas, na generalidade, o momento da refeição consiste num período em que para além da socialização, somos nós a colocar os utensílios na mesa; a servir os nossos pratos; a comer autonomamente; e a levantar da mesa tudo o que utilizamos. Na creche e no jardim-de-infância, isso nem sempre se verifica. No nosso quotidiano, os momentos da refeição são vistos como um tempo de socialização, onde as famílias e os amigos podem conviver e usufruir de uma refeição. Carneiro (2005,p.71) refere que “comer [...] é a origem da socialização, pois, nas formas coletivas de se obter a comida, a espécie humana que desenvolveu utensílios culturais diversos, talvez até mesmo a própria linguagem”.

Nestes momentos “[...] o simples ato material de comer é dominado pelo prazer de estar junto até a sua culminação- pelo menos, é o que se diz- de estar em “sociedade”, surge um código de regras, que vai desde como segurar faca e garfo, até os temas convenientes de se falar á mesa, para regular o comportamento dessas camadas” (Simmel,2004, p.162).

Os estágios realizados em mestrado contribuíram para a certeza da importância desta investigação, não só para mim como futura educadora bem como para as crianças que vivenciaram momentos em grupo e de interajuda, respeitando e aceitando as dificuldades de cada um. Enquanto futura educadora, a investigação sobre este tema irá permitir-me identificar e compreender algumas das estratégias possíveis de implementar para que os momentos de refeição se tornem em momentos de rotina como os outros, ou seja, de aprendizagem para as crianças. São momentos com muita potencialidade para o desenvolvimento pessoal das mesmas e há que torna-lo o melhor possível.

De acordo com Poulain e Proença (2003, p. 253) “a alimentação é a primeira aprendizagem social do pequeno homem. Ela está no centro do processo de “socialização primária”. O comportamento alimentar da criança entrando no mundo é largamente submetido às condicionantes fisiológicas, à alternância de sensações de fome, aos comportamentos desencadeados por essas sensações [...] e às sensações de saciedade e de abundância que se seguem”.

No estágio de creche, mais especificamente no berçário os momentos da refeição não são tão autónomos e independentes, mas é desde cedo, que se deve trabalhar a autonomia da criança a todos os níveis. Ao longo do estágio em creche fui observando as estratégias utilizadas pela educadora e a auxiliar, para tornarem os momentos da refeição mais organizados, de modo a estimular a autonomia na criança.

Na creche, os momentos do lanche da manhã ocorriam por volta das 10 horas, mas nem todas as crianças comiam, pois algumas chegavam perto dessa hora. A educadora sentava-se ao lado das crianças na área do tapete enquanto socializava um pouco com as mesmas e distribuindo-lhes uma bolacha ou um pouco de fruta.

O almoço iniciava-se por volta das 11h30, as crianças que já se conseguiam deslocar, dirigiam-se ao refeitório, ao seu respetivo lugar e as que ainda não conseguiam, a educadora e auxiliar da sala ajudavam na sua deslocação. Quando todos se encontram no refeitório, a auxiliar distribuía a comida e a educadora sentava as crianças na sua própria cadeira, pois, estas eram altas e elas não conseguiam sentar-se sozinhas. Assim, as crianças estavam sentadas e esperavam que a equipa pedagógica lhes colocasse a comida á frente, levando consigo a colher.

O almoço era confeccionado na própria instituição, e a auxiliar da sala preparava e dividia a comida pelas tigelas e/ou pratos pois nem todas as crianças comiam o mesmo. No momento de almoço, as crianças comiam a sopa em tigelas pequenas, e depois o Segundo prato, ou seja, os sólidos também numa tigela pequena e, por fim, a fruta que lhes era dada à mão às crianças mais velhas e aos mais novos era dada triturada numa taça. Todos os utensílios eram de plástico. Após a refeição era dada água. Algumas crianças solicitavam mais comida aos adultos presentes e estes respeitavam o seu pedido, assim como era respeitada a vontade dos que não queriam comer mais.

Neste momento, as crianças tinham liberdade para explorarem comida, sendo autónomas na sua própria alimentação e não sendo obrigadas a comer tudo. Contudo, as mais pequenas ainda precisavam de ajuda, sendo que a sopa lhes é dada pelo adulto. Quanto ao segundo prato era dada a liberdade á criança que explorasse os alimentos e que os levasse á boca, por vezes faziam-no com as mãos, facto que era encarado pela equipa pedagógica como estando dentro dos parâmetros do desenvolvimento da criança, e por isso era apoiado.

Na hora do lanche da tarde, quando todas as crianças já estavam acordadas, com a higiene feita e vestidas, dirigiam-se com a equipa pedagógica para o refeitório, onde procediam ao momento da refeição do lanche. Este normalmente decorria por

volta das 15h30, mas dependia dos horários da sesta, sendo também um momento com horários flexíveis. Os procedimentos dos adultos eram iguais aos do almoço, as crianças sentavam-se no seu lugar com a ajuda do adulto e esperavam que estes lhes dessem comida. O adulto dava de comer às crianças mais pequenas e auxiliavam as crianças mais crescidas, dando sempre espaço a estas últimas para comer autonomamente. O lanche variava entre iogurte e pão, pão e fruta, iogurte com fruta e uma vez mais, era preparado pela auxiliar da sala.

Em ambos os momentos da refeição, à medida que as crianças terminavam, um dos adultos levantava os utensílios, e o outro levava as crianças para a sala para que fosse feita a higiene. A estagiária, permanecia onde fosse mais conveniente para a equipa pedagógica, o que dependia do número de crianças que já tinha terminado a sua refeição.

O momento da refeição do almoço no jardim de infância realizava-se no refeitório, por volta das 12h00. Neste espaço juntavam-se todos os grupos das salas de jardim de infância, sendo por isso um momento muito agitado e ruidoso.

As crianças que integravam o grupo com quem realizei o estágio dirigiram-se aos seus lugares, já definidos pela equipa pedagógica. Cada sala tinha as suas mesas pré-definidas, de forma a facilitar a organização dos grupos. Os utensílios eram dispostos nas mesas pelas cozinheiras, assim como as refeições eram servidas nas tigelas e pratos pela equipa pedagógica, ou seja, não havia qualquer ajuda por parte das crianças. Na hora do lanche cada criança ia á sua mochila e retirava o seu lanche que traziam de casa e comiam. Quando alguma criança necessitava de ajuda esta pedia a alguém da equipa pedagógica.

Os momentos de refeição no jardim de infância eram muito agitados, o que no meu ver devia-se ao facto de serem muitas crianças a realizarem as suas refeições ao mesmo tempo no refeitório.

No meu primeiro estágio realizado na valência de jardim de infância as crianças tinham os lugares marcados enquanto que no segundo estágio realizado na valência de jardim de infância, estas sentavam-se onde queriam e até podiam sentar-se junto das crianças das outras salas. Na hora da refeição do almoço em ambas as instituições as educadoras não estavam presentes na mesma. Já na segunda instituição, a educadora cooperante fazia questão de pelo menos uma vez por semana almoçar com as crianças, afim de acompanhar a hora da refeição do almoço. Ao observar o comportamento das crianças nesse momento, verifiquei que quando a educadora cooperante almoçava com elas, estas estavam mais calmas e havia

sempre diálogo entre elas. A meu ver, foi muito importante. Em ambas as instituições as crianças alimentavam-se autonomamente apesar de algumas pedirem ajuda do adulto em algumas situações. O adulto ajudava permitindo sempre a exploração da criança.

2. Enquadramento Teórico

2.1. O momento da refeição na Creche

A forma como cada sociedade lida com a infância está diretamente associada à conceção que tem do que significa ser criança, conceção essa que vem sendo alterada ao longo dos tempos. A infância é a etapa fundamental da vida das crianças, sendo os primeiros 3 anos de vida particularmente importantes para o seu desenvolvimento físico, afetivo e intelectual.

O cuidado e a educação das crianças permaneceram muitos anos enraizados na nossa sociedade, como sendo um encargo das mães e/ou de outras mulheres do agregado familiar. Devido às transformações ocorridas na sociedade, nomeadamente a independência da mulher através da sua entrada no mercado de trabalho, surgiu a necessidade de entregar os seus filhos desde cedo aos cuidados de outrem fora do agregado familiar. Surgiram assim as primeiras instituições, denominadas Creches, destinadas a crianças com idades compreendidas entre os três meses e os três anos de idade, que detinham, inicialmente, a função de lhes proporcionar à criança cuidados de saúde, alimentação e higiene. Ao longo dos tempos e no sentido de promover o adequado desenvolvimento global da criança, as creches deixaram de ter um carácter unicamente assistencial, passando a ter uma identidade própria, sendo ainda nos dias de hoje, considerado um recurso essencial da comunidade, atuando ao serviço da família e representando uma resposta educativa muito além da simples substituição desta. Segundo o Conselho Nacional de Educação (CNE) (2008), a Creche deve ter, assim, a função de cuidar e educar a criança.

Cuidar e educar são elementos indissociáveis! A maior parte do dia-a-dia de uma creche está centrada em momentos práticos e de assistência por questões de direitos prioritários à infância, como a alimentação, a higiene, o descanso e momentos de lazer onde as brincadeiras ocupam o seu lugar.

Todas as atividades diárias que surgem na Creche, a própria rotina, apresentam ligações com conteúdos educacionais: desde a orientação de como se portar à mesa até à construção de uma brincadeira coletiva no parque. Os momentos de acolhimento, o dar colo, carinho e atenção podem parecer ao educador como puro assistencialismo, sem conteúdo educacional.

O simples ato de trocar a fralda, vestir e pentear o cabelo são gestos de comunicação humana entre o adulto e a criança nos quais há uma troca profunda de sentimentos e, portanto, de organização mental, de estruturação interior, de formação da auto-imagem.

É nesses momentos que se estimula a criança a ser autónoma, responsável e ativa. O modo como se lida com uma birra: o desagrado; a curiosidade das crianças e como se promove a interação social, determina o tipo de educação que se lhes está a dar. A fala do adulto inicia a criança na linguagem, pois no decorrer das atividades, o adulto vai dizendo o que a criança faz, o que as outras estão a fazer, o que sentem e, assim, vai mediando os atos por meio da linguagem. Não há um conteúdo educativo na creche desvinculado dos gestos de cuidar. Não há um ensino, seja de um conhecimento ou de uma rotina, que utilize uma via diferente da atenção afetuosa, alegre, disponível e promotora da progressiva autonomia da criança.

Por outro lado, as oportunidades de relações oferecidas na creche entre educadores e crianças e crianças entre si, sem laços familiares ou de parentesco, diferem daquele que se recebe em casa. A creche entendida como instituição educativa, constitui-se como o primeiro local em que a criança vivencia situações de inclusão. É agindo e interagindo com os outros e com os objetos que a rodeiam, que a criança constrói o seu conhecimento, inclusivamente sobre si mesma, e que desenvolve as bases para estruturar a sua personalidade. Estas interações com o meio físico e social, resultantes da própria ação da criança sobre o meio, constituem experiências de carácter físico, cognitivo, social ou afetivo que contribuem, de forma integrada, para o seu desenvolvimento (Piaget, 1966). As brincadeiras em grupo são a melhor experiência de socialização.

De acordo com o Conselho Nacional de Educação (2008): "(...) educar significa proporcionar situações de cuidados, brincadeiras e aprendizagens orientadas de forma integrada e que possam contribuir para o desenvolvimento das capacidades infantis de relação interpessoal, de ser e estar com os outros numa atitude básica de aceitação, respeito e confiança e o acesso, pelas crianças, aos conhecimentos mais amplos da realidade social e cultural; cuidar significa valorizar e ajudar a desenvolver capacidades, considerando que a base do cuidado humano é compreender como ajudar o outro, a se desenvolver como ser humano; brincar significa criar um espaço no qual as crianças possam experimentar o mundo e internalizar uma compreensão sobre as pessoas, os sentimentos e os diversos conhecimentos."

Certamente, para que haja um completo desenvolvimento dos aspetos físico, emocional, afetivo, cognitivo e social, o quotidiano de uma creche deve conceder a cada criança, a educação, o cuidado e a brincadeira como auxiliares no desenvolvimento das suas capacidades individuais, das relações interpessoais e, conseqüentemente, na formação de crianças felizes e saudáveis.

A creche hoje, além de uma necessidade, é um direito que assiste toda e qualquer criança, independente da classe social, género, cor ou sexo. A Educação Infantil é a

primeira etapa da Educação Básica, segundo a Lei de Bases do Sistema Educativo (Lei 46/86, de 14 de outubro), tendo como finalidade o desenvolvimento integral de crianças dos zero aos seis anos de idade, em creches e pré-escolas, compreendendo os aspetos físicos, emocionais, afetivos, cognitivos e sociais.

Segundo Eduardo Sá, “é proibido que os pais imaginem que a creche serve para aprender a ler e contar. Ela é útil para aprender a descobrir os sentimentos, aprender a imaginar e a fantasiar. Para aprender com o corpo, com a música e com a pintura. E para brincar! Uma criança que não brinque deve preocupar mais os pais do que se ela fizer uma ou outra birra”.

2.2. O momento da refeição na Educação Pré-escolar

Como é referido nas Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar: “A educação pré-escolar cria condições para o sucesso da aprendizagem de todas as crianças, na medida em que promove a sua autoestima e autoconfiança e desenvolve competências que permitem que cada criança reconheça as suas possibilidades e progressos.”

O Jardim de Infância é um serviço socioeducativo que recebe crianças entre os 3 e os 5 anos de idade.

A equipa educativa das salas de Jardim de Infância é formada por educadoras de infância e auxiliares de ação educativa, que diariamente recebem as crianças e as suas famílias de forma a responder às suas necessidades.

O espaço do Jardim de infância está preparado para receber cada criança de forma a estimular o seu progressivo desenvolvimento.

As atividades desenvolvidas são planeadas de acordo com as orientações curriculares para o pré-escolar e as metas de aprendizagem definidas pelo Ministério da Educação.

O objetivo principal do Jardim de Infância é, em parceria com a família, promover o desenvolvimento global da criança facilitando a sua integração plena na sociedade.

A importância da refeição em creche e jardim de infância

A escola é o local onde as crianças passam mais tempo durante o dia, pelo que a educação alimentar tem que ser constante, não só ao nível dos ensinamentos teóricos que possam ser transmitidos, mas também ao nível do ambiente em si que deve ser

saudável, no que respeita sobretudo à disponibilidade alimentar para as crianças e ensinamentos teóricos que possam ser transmitidos.

Os colegas, os educadores e os pais são os principais modelos para as crianças, pelo que o exemplo que transmitem ao nível alimentar é imprescindível para uma boa alimentação.

Em casa, com os pais ou educadores, as crianças devem sentir que existem regras para serem cumpridas, nomeadamente ao nível das refeições, não devendo haver permissividade para o não cumprimento das regras de alimentação saudável.

2.3. A promoção da participação e autonomia

O modo como os educadores apoiam as crianças durante as refeições:

- Segurar e prestar uma atenção pela ao bebé latente;
- Apoiar o interesse dos bebés mais crescidos em comerem sozinhos;
- Juntar-se às crianças na mesa das refeições;
- Envolver as crianças mais velhas na tarefa de pôr e levantar a mesa.

“As crianças mais novas estão num processo de desenvolvimento de atividades em relação às refeições, à experiência de comer que perdurarão pela vida fora. Num ambiente calmo e relaxante, formam atitudes positivas e aprendem competências sociais vitais”.

A organização do tempo em creche e jardim de infância

Como é referido nas OCEPE (2016): “O estabelecimento educativo deve organizar-se como um contexto facilitador do desenvolvimento e da aprendizagem das crianças, proporcionando também oportunidades de formação dos adultos que nele trabalham. Estabelece procedimentos de interação entre os diferentes intervenientes (entre crianças, entre crianças e adultos e entre adultos), tem um papel na gestão de recursos humanos e materiais, o que implica a prospeção de meios para melhorar as funções educativas da instituição. O estabelecimento educativo tem uma influência determinante no trabalho que o/a educador/a realiza com o seu grupo de crianças e pais/ famílias, bem como na dinâmica da equipa educativa.”

“...cada sala organiza-se de forma a dar resposta ao desenvolvimento e aprendizagem de um determinado grupo de crianças.”

“A organização do grupo, do espaço e do tempo constituem dimensões interligadas da organização do ambiente educativo da sala. Esta organização constitui o suporte

do desenvolvimento curricular, pois as formas de interação no grupo, os materiais disponíveis e a sua organização, a distribuição e utilização do tempo são determinantes para o que as crianças podem escolher, fazer e aprender. Importa, assim, que o/a educador/a reflita sobre as oportunidades educativas que esse ambiente oferece, ou seja, que planeie intencionalmente essa organização e avalie o modo como contribui para a educação das crianças, introduzindo os ajustamentos e correções necessários.”

A autonomia na hora da refeição

Como é referido nas OCEPE (2016): “A independência das crianças e do grupo passa também por uma apropriação do espaço e do tempo que constitui a base de uma progressiva autonomia”.

“A construção da autonomia envolve uma partilha de poder entre o/a educador/a e as crianças, que têm a possibilidade de fazer escolhas e tomar decisões, assumindo progressivamente responsabilidades pela sua segurança e bem-estar, não só no jardim de infância, mas também em diversas situações da vida, demonstrando progressivamente consciência dos perigos que pode correr e da importância de hábitos de vida saudável.”

A aprendizagem das crianças concretiza-se através da sua participação nas várias situações e momentos, mas, para que estas aconteçam, a organização do contexto é essencial, pois o espaço, os materiais e o tempo influenciam e podem facilitar a aquisição de novas aprendizagens (cf. Folque, 2012).

Tomás e Fernandes (2011, p.259) referem que “a participação das crianças é um meio de aprendizagem com valor em si mesmo e um direito fundamental da infância que reforça os valores democráticos”, ou seja, as crianças têm direito a participar na sua vida pessoal e escolar, pois através desta constroem o sentido de si próprias no que diz respeito às suas capacidades.

É por isso essencial que nos espaços de educação de infância, os educadores e outros profissionais permitam às crianças a possibilidade de participar em todos os momentos da sua rotina e em todos espaços que frequentam, dando significado aos mesmos e tornando-os espaços antropológicos.

Segundo as mesmas autoras, “a participação das crianças no espaço público é de acordo com alguns autores como Horelli (1998) muito pouco visível, [...] Estes autores

defendem que há uma persistente cultura de marginalização das crianças relativamente às suas possibilidades de participação no espaço público, apesar de as crianças e jovens possuírem competências que lhes permitem dar contributos inovadores para o melhoramento dos espaços sociais em que vivem” (Tomás & Fernandes, 2011, p. 261).

Folque (2012, p.90) acrescenta que “a abertura das crianças ao mundo, a novas experiências e situações, bem como a diferentes comunidades de prática ficaria prejudicada se as crianças não pudessem participar em situações novas para elas”.

Reforçando a afirmação de Tomás & Fernandes (2011), sendo o refeitório um espaço público, a participação das crianças no mesmo é quase nula, fazendo com que este espaço seja caracterizado como um não-lugar, e por isso “a mudança do paradigma de controlo e de negatividade para com as crianças para um paradigma que considere as crianças atores sociais participativos, não só é necessária mas é urgente, para a criação e implementação de um tempo onde as crianças sejam consideradas cidadãos ativos [...]” (Tomás, 2007, p.121).

Também Oliveira-Formosinho & Formosinho (2013, p.9) defendem a utilização de pedagogias participativas nos contextos educativos, referindo que “os objetivos das pedagogias participativas são os do envolvimento na experiência e a construção da aprendizagem na experiência contínua e interativa. A imagem da criança é a de um ser com competência e atividade. A motivação para a aprendizagem sustenta-se no interesse intrínseco da tarefa e nas motivações intrínsecas das crianças”.

Nos momentos de refeição é, por isso, crucial a adoção de “[...] um modelo de participação em que o aprendente assume um papel mais ativo na mudança dos contextos de atividades conjuntas [...]” (Folque, 2012, p. 68), pois é necessário que a dinâmica destes momentos seja alterada e porque “[...] através da participação na vida quotidiana, surgem novos problemas e novas maneiras de fazer, que dão origem a pensamentos e valores” (Idem, p. 68), ou seja, a participação das crianças nos vários momentos da rotina, permiti-lhes o conhecimento de si próprias e a construção da sua identidade.

Quando permitimos a participação das crianças nestes espaços e nos momentos da refeição, estamos a “favorecer a autonomia da criança e do grupo [que] assenta na aquisição do saber-fazer indispensável à sua independência e necessário a uma maior

autonomia, enquanto oportunidade de escolha e responsabilização” (Ministério da Educação, 1997, p.53). Durante esta aquisição, “a criança no exercício da sua capacidade crescente de autonomia frequentemente afasta [o adulto] e simultaneamente, de um modo quase adesivo, requer [o adulto]” (Portugal, 1998, p.25). Esta situação acontece porque crianças pequenas sentem a necessidade de fazer tarefas sozinhas, mas ao mesmo tempo precisam do adulto para alcançar partes da mesma tarefa, ou seja, pretendem ser independentes, mas continuam a depender do adulto para ações que ainda não são capazes de executar ou que não lhes competem, por motivos de segurança ou outros.

Almeida, Barata-Moura, & Patrício (2004, p.79) defendem a autonomia, a liberdade e a responsabilidade como temas interligados, pois “ser autónomo significa [...] poder determinar e estabelecer o sistema de legalidade vinculativo de todos os seus atos”, o que por sua vez conduz à responsabilização desses mesmos atos. Contudo, estas duas só são possíveis se existir liberdade para se desenvolver a autonomia.

O desenvolvimento da autonomia é atualmente, um dos principais objetivos da educação, e segundo Dewey (s.d.), as crianças aprendem fazendo. (in Cardoso et al, 1996). Os mesmos autores referem que “para além da defesa da autonomia como atributo indispensável do cidadão, há que salientar que a própria autonomia deverá estar ligada ao próprio processo de aprendizagem, pois que será difícil ao indivíduo regular-se pela sua própria vontade se essa dimensão nunca tiver sido valorizada e estimulada ao longo do processo de desenvolvimento pessoal” (Cardoso et al 1996, p.72).

Isto significa que a participação possibilita aprendizagens às crianças, o que as torna capazes de executar determinadas funções autonomamente e posteriormente, aptas a tomar a iniciativa e serem independentes, sem necessidade de recorrer a um adulto para realizar algumas das suas tarefas. No entanto, para que tudo isto exista, é necessário que as crianças se apropriem “[...] do espaço e do tempo que constitui a base de uma progressiva autonomia [...]” (Ministério da Educação, 1997, p.53).

De acordo com Hohmann & Weikart (2011, p.66) “a autonomia é a capacidade de a criança levar a cabo ações de independência e exploração [...]”, pois as crianças “[...] necessitam simultaneamente de desenvolver um sentido de identidade própria enquanto pessoas autónomas e independentes, com capacidade para efetuar escolhas e tomar decisões” (Idem). Nesse sentido, “a construção de autonomia supõe a capacidade individual e coletiva de ir, progressivamente, assumindo

responsabilidades” (Ministério da Educação, 1997, p. 53), ou seja, as crianças ao participarem nos momentos da refeição, adquirem novas aprendizagens e assumem responsabilidades, pois são implicadas em todas as tarefas e, neste processo, vão adquirindo e construindo a sua autonomia.

Como refere Folque (2012, p.52), a aquisição de novas aprendizagens é “[...] considerada um processo de emancipação que proporciona os instrumentos para que cidadãos autónomos e responsáveis se possam envolver ativamente e agir solidariamente no mundo, bem como realizar-se pessoal e socialmente”.

“A atividade da criança é entendida como colaboração no âmbito do quotidiano educativo” (Oliveira-Formosinho & Formosinho, 2013, p.9), contendo essa colaboração ótimas oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento pessoal das crianças. O importante é o modo como as crianças estão a aprender e que efetuem aprendizagens e não o que estão a fazer para aprender (cf. Wieder & Greenspan, 2002).

Para isso, o educador tem um papel crucial, devendo desenvolver competências interpessoais, como a congruência, a aceitação incondicional positiva e a empatia, que permitam à criança o desenvolvimento de sentimentos de autonomia (cf. Esteves, 2005). Conjuntamente a essas competências, o respeito, a sinceridade, a capacidade de comunicação e outras competências interpessoais são essenciais para a construção de relações.

3. Tipo e pertinência de estudo

Tendo em consideração a observação prévia, efetuada em contexto da prática pedagógica, dos comportamentos das crianças à hora da refeição e dos hábitos alimentares, consegui escolher a minha problemática: “A autonomia e organização como parte integrante da refeição em creche e jardim de infância.”

O tipo de estudo é de natureza qualitativa, o que considera a existência de uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito. É descritiva e utiliza o método indutivo. As técnicas de recolha de dados são: observação, entrevista, questionário, pesquisa documental e bibliográfica.

Os dados recolhidos são em formas de palavras ou imagens e não de números. Incluem transcrições de entrevistas, notas de campo, fotografias, vídeos, documentos pessoais, entre outros. Devem ser analisados em toda a riqueza, respeitando-se a forma em que foram registados ou transcritos.

Às metodologias qualitativas aplicam-se os mesmos critérios científicos e recebem normalmente a mesma denominação que uma investigação «positiva» (experimental) ou quantitativa.

A apresentação de dados nas metodologias qualitativas apenas se diferencia da mesma operação em metodologias quantitativas pela natureza e especificidade dos próprios dados. Esta operação consiste numa estruturação do conjunto de informações que irão permitir que se extraiam conclusões que, por sua vez, permitam a sua análise e reflexão na fase seguinte, «a interpretação dos dados» e consequente tomada de decisões. Por tal motivo, deve merecer toda a atenção do investigador.

4. Questão de investigação e objetivos

Este tema é para mim muito importante e durante os estágios fui aperfeiçoando mais este tema, tendo como objetivos: compreender a importância da hora da refeição; perceber como é feita a sua organização; como promover a participação e autonomia das crianças durante esta hora e identificar os desafios com que as educadoras se deparam.

Com este tema pretendo, não só perceber qual a importância da hora da refeição, mas também qual o papel do educador nestas intervenções e como fazer a sua gestão, para assim, aplicar o que aprendi quando começar a exercer como educadora e continuar a investigar nesta área. Na minha opinião é muito interessante para mim como futura educadora pois levo uma melhor preparação para tal. Como organizar os momentos da refeição de forma a promover a autonomia e a participação das crianças? É ao longo dos anos e com a experiência adquirida que aprendemos a lidar com as situações do dia a dia.

4.1. Contexto e participantes

Relativamente á recolha de dados, o estudo contou com quatro sujeitos, a exercer há muitos anos e com muita experiência no terreno, podendo dar um parecer mais preciso da hora dos momentos da refeição e de como retirar aprendizagens destes. Uma especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação de infância, que contou com vários estudos relacionados com a área e com a qual tive oportunidade de aprender mais sobre a mesma. Uma educadora a exercer na creche com a qual tive oportunidade de partilhar o meu primeiro estágio de mestrado onde adquiri novos conhecimentos teóricos e práticos. Uma educadora a exercer num jardim de infância público que me despertou muito interesse no seu trabalho realizado ao longo do ano, com o qual tive o contentamento de o partilhar através das aulas virtuais que presenciei no meu trabalho com as crianças das quais eu cuido. Por fim uma educadora a exercer num jardim de infância numa IPSS, da qual eu admiro o seu trabalho, que acompanho á imenso tempo, pois, para além de ter sido minha educadora em criança, também tive o contentamento de estagiar no seu grupo de crianças no meu curso de ensino profissional.

4.2. Processos de recolha e tratamento de dados

O estudo em causa teve por base uma metodologia, quanto à obtenção e tratamento de dados, de cariz qualitativo. Segundo, Freixo.M (2018,pp.171-180) o método qualitativo privilegia, na análise, o caso singular e operações que não impliquem quantificação e medida .

Para todos os dados recolhidos foi feita uma análise dos dados, onde se baseia fortemente na leitura e interpretação das entrevistas realizadas às docentes de creche e jardim de infância.

O tipo de entrevista utilizada foi a entrevista semidiretiva. A entrevista semidiretiva nem é inteiramente livre e aberta – comunicação, entrevistador e entrevistado, com caráter – informal, nem orientada por um leque inflexível de perguntas estabelecidas *a priori*. Naturalmente, o entrevistador possui um referencial de perguntas guia, suficientemente abertas, que serão lançadas à medida do desenrolar da conversa, não necessariamente pela ordem estabelecida no guião, mas, antes, à medida da oportunidade, nem, tão pouco, tal e qual foram previamente concebidas e formuladas, (Freixo.M (2018,pp.220-223).

O objetivo desta técnica consistiu, na recolha de informação complementar, face aos objetivos da minha investigação. Assim, procurei retirar o máximo de informação sobre a visão que as participantes sobre os momentos de refeição. Foi, então, criado um guião com blocos temáticos e questões que contemplam os objetivos traçados.

Blocos Temáticos	Objetivos Específicos	Formulário de Questões
A Importância da hora da refeição	-Conceber a importância da hora da refeição; -Compreender como se pode fazer a criança se sentir bem; -Identificar quais as aprendizagens que se consegue obter na hora da refeição	-O que pensa sobre a função da hora da refeição? -Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição? -Que aprendizagens podem ser realizadas no momento da refeição?
O papel do/a educador/a	-Reconhecer a atitude do educador no momento da refeição.	-Qual o papel do/a educador/a no momento da refeição?
O papel da criança	-Reconhecer a atitude da criança no momento da refeição; -Compreender como se pode promover a autonomia e participação da criança.	-Qual o papel da criança no momento da refeição? -Como pode promover a sua autonomia e participação?
Práticas Educativas	-Entender como é feita a	-Como é que decorrem os

	<p>gestão do momento da refeição;</p> <p>-Reconhecer quais as potencialidades no meio da refeição;</p> <p>-Identificar as dificuldades com que as educadoras se deparam.</p> <p>-Entender como é feito o trabalho com a família na promoção de participação e autonomia da criança no momento da refeição.</p> <p>-Identificar comportamentos adequados.</p>	<p>momentos da refeição com o seu grupo de crianças?</p> <p>-Identifique algumas potencialidades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.</p> <p>-Identifique algumas dificuldades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.</p> <p>-Que trabalho é feito com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição?</p> <p>-Se pudesse alterar os momentos de refeição, o que alteraria na sua dinâmica, de forma a colmatar as dificuldades?</p>
<p>Validação da entrevista</p>	<p>-Recolher elementos de carácter complementar.</p>	<p>-Gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?</p>

Tabela 1- Guião de Entrevista

5. Apresentação e discussão dos resultados

5.1 Especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação

Relativamente à promoção da participação e autonomia nos momentos da refeição em creche e jardim de infância, a especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação de infância refere que na sua opinião os momentos da refeição é um dos momentos mais difíceis do dia. No jardim de infância, não tanto e até acha que é organizado, mas refere que na creche é um momento muito complicado pois são crianças muito pequeninas e exigem muita gente.

Refere, ainda, que deve ser um momento tranquilo, principalmente nas creches pois é um momento de angústia onde há muito choro porque existem crianças que têm fome a uma hora, há outros que têm fome a outra, não há assim tanto pessoal, não é fácil de gerir nas creches! Quando eles já começam a ter alguma autonomia para estar á mesa é muito importante que eles se possam servir, o mais cedo possível. Refere também que é importante que o adulto coma com eles, mas que infelizmente nem sempre é possível.

Como investigadora em educação de infância, refere que são momentos em que se deve aprender a gerir, aprender a estar à mesa, aprender a comer com os talheres, aprender a estar com os colegas, são também momentos de interação social muito importante nas refeições, e daí que deviam ser mais valorizados.

Não tanto os mais pequeninos, mas sim o jardim de infância, já pode ir ajudando a colocar a mesa e através dessa ajuda podem ir brincando com as cores dos utensílios.

Por vezes, há a tendência de apreçar as crianças no momento da refeição, para que estas se dirijam à sala de trabalhos o quanto antes. Mas há que ter em mente, que nesta ocasião consegue-se proporcionar momentos lúdicos de aprendizagem, como por exemplo, brincar com as letras da sopa de letras. Apesar de poderem fazer o reconhecimento das letras através da sopa a educadora tem sempre que frisar a importância da comida e que esta não deve ser desperdiçada. Outra das estratégias, é tirar uma fotografia e depois analisar a fotografia na sala.

Segundo a especialista na área de educação, é importante que a educadora ou a auxiliar almoce com as crianças, para que possa estar atenta e que cuide bem destes

momentos, em termos do bem-estar e da aprendizagem. Reforço o “bem-estar” no período correspondente à alimentação, continua a ser o mais importante.

Na última fase, em relação á promoção e autonomia na hora da refeição, diz ser importante que as crianças participem na organização; no ir lavar as mãos...E não deverá ser tudo muito policiado, mas ser sim, um momento mais natural e em que todos participem.

Os que são mais pequeninos é mais difícil, por isso eu também acho importante os grupos de idades misturadas para os mais velhos conseguirem auxiliar os mais novos.

Mais uma vez refere que no berçário na sua opinião não corre muito bem e mesmo logo a seguir ao berçário, acha que são momentos angustiantes são momentos que correm mal e que têm de ser bem refletidos e analisados.

5.2 Educadora 1 (Público)

Relativamente ao “o que pensa sobre a hora da refeição” a educadora 1 diz ser uma forma também do educador perceber o nível de autonomia que a criança tem, o facto de estar bem sentado ou não, o facto de usar os talheres de forma correta, é uma forma de avaliação da autonomia de cada um deles.

Quanto ao bem-estar da criança na hora da refeição a educadora diz “uma criança que não está segura no espaço escolar não estará também segura no refeitório”, que onde é normalmente um sítio de muito barulho, muita confusão principalmente em centros escolares e em grandes instituições para a infância.

O espaço onde existam muitas crianças, é um espaço de muita confusão e barulho, isso também denota da parte da criança uma segurança ou não, e o momento da refeição supostamente é um momento de prazer de grupo.

Se uma criança não está confortável, e se chora, se se recusa a comer, é um indício do facto que ela não está confortável. Se não se sente segura naquele espaço e, precisa então, do apoio do adulto de referência.

Quanto às aprendizagens que possam ser realizadas e ao papel do educador, a educadora 1 refere que todos os momentos no jardim de infância podem ser aproveitados para aprendizagem, e a refeição é um deles.

. Desenvolve-se a autonomia e o saber estar em espaços diferentes. No refeitório, e á mesa, a utilização dos talheres e do copo da água (que é sempre uma grande dificuldade para eles, muitos entornam); o estar em grupo, o respeitar o colega do lado, basicamente é o saber estar, os valores de referência que têm de ser trabalhados.

Há também toda uma diversidade alimentar que pode ser trabalhada com eles. Muitos meninos não comem verduras, nem sopa, a sopa é sempre uma grande dificuldade e na sua opinião o jardim de infância também tem essa função de promover os hábitos alimentares de forma corretos, e um estilo de vida saudável.

Relativamente ao papel do educador, é um papel que acha ser durante todo o dia, que é de apoio e de afeto. Tem que haver afeto, eles têm que confiar, eles têm que ter confiança no adulto de referência e na hora da refeição o adulto deve ser esse. Deve ser sereno, tranquilo e mesmo quando há dificuldades para comer tem que manter essa postura. “Eu acredito que não é pelos gritos que eles comem mais rápido nem

pela uma postura mais agressiva eu acho que pelo contrário, quanto mais gritos houver, mais agitação, mais se promove isso, a desconfiança deles! A refeição é um momento de lazer, de prazer, basta pensarmos quando nós temos uma festa nós nos reunimos á mesa! E a hora da refeição é exatamente isso e no jardim deve ser exatamente isso, nós somos um grupo e funcionamos como uma micro sociedade, portanto os momentos de refeição devem ser também momentos de partilha”.

Quanto ao papel da criança a educadora 1 refere que o papel da criança é comer ela tem de comer, tem de se alimentar, mas também deve obviamente cumprir as regras do refeitório. Esta refere também que as crianças sabem que em cada espaço do jardim de infância há regras diferentes e essas regras são combinadas no início do ano, tanto as referentes ao refeitório como as referentes aos sanitários.

Quanto à promoção da autonomia e participação da criança a educadora 1 refere que é bom efetivamente deixá-los fazer, e experimentar por tentativa erro, achando que se lhe der a comida á boca que eles nunca vão aprender, tal como os bebés da creche se não os deixarmos experienciar a comida, o quente, o frio, se é mole, se é duro. Se não deixarmos a criança experimentar a colher, por exemplo, eles nunca vão conseguir comer sozinhos, o que é evidenciado nas dificuldades da alimentação, ocorrendo, muitas vezes, a recusa em comer. Também é importante quanto mais gritos houver, maior a agitação, mais se promove a desconfiança.

A educadora 1 falou um pouco de como decorrem as horas da refeição com o seu grupo de crianças (potencialidades e dificuldades que podem ocorrer) e também do trabalho feito com a família. Começou por explicar que no público, as educadoras não acompanham a hora da refeição embora esta fique a auxiliar a assistente operacional com as crianças mais pequenas com a sopa pois estas, por vezes, entram em conflito.

A função da educadora é essa, de acompanhamento. Observar quem precisa de ajuda, promover autonomia, ir gerindo os pequenos conflitos que possam ocorrer entre eles e apaziguar aquele momento que costuma ser de grande agitação.

Quanto às potencialidades mais uma vez a grande potencialidade da hora da refeição mencionada pela educadora 1 foi a autonomia, apesar de mencionar outra que embora não esteja relacionada com a hora do almoço, mas sim com o lanche que é a organização do espaço da mesa.

“Eles têm que saber que o prato fica á frente deles e que os talheres ao lado nas mãos e quando não estão a comer em cima do prato ou antes de comer ao lado do prato e o copo da água a mesma coisa é uma questão de organização. E também têm de saber estar sentados á mesa. Não podem estar com as pernas de baixo do “rabiosque” nem com a cadeira virada ao contrário, portanto que há normas e que há regras a cumprir.”

Em relação às dificuldades, o tempo que eles têm para comer e o número de crianças por adulto, são as que mais imperam. Um adulto, no centro escolar, neste momento, está a dar apoio a vinte e cinco crianças, o que é de facto, muito pouco, principalmente quando é um grupo heterogéneo onde há crianças de 4 anos muito pequeninas e que precisam de apoio.

Logo todas estas potencialidades e forma de agir acabam por não acontecer. O adulto responsável, tem de gerir também o tempo destinado a que as crianças se alimentem (trinta minutos). Esta tarefa a cargo de um adulto apenas, a meu ver, é muito pouco.

Existem também outras dificuldades, relacionadas, mais propriamente, com a comida ou com o próprio relacionamento com os pais. O facto de não serem estimulados em casa a comerem de forma saudável não havendo o habito de comer sopa e verduras, por exemplo, ou o facto de os pais exercerem muita pressão sobre eles para que comam, na opinião da educadora 1, “quanto mais se fizer isso a uma criança mais se vai rejeitar a comida porque sente ali uma pressão da parte dos pais que ele tem de comer”.

De acordo com o trabalho feito com a família a educadora 1 refere que no início do ano é feita uma reunião sobre a alimentação saudável, em que incentiva os pais a prepararem lanches saudáveis. Ao longo do ano existem sempre troca de informações pois poderá haver uma relutância por parte da criança para comer. Apesar de não acompanhar as horas de almoço , tem sempre feedback da assistente operacional, tentando sempre conversar em acompanhamento individual com esse pai para tentar perceber que dinâmicas em casa, para de modo a conseguir sugerir que alterações possam ser feitas para que esta dificuldade possa diminuir. ” Muitas vezes até são os pais que nos procuram.”

Por fim, refere que urge mudar para colmatar as dificuldades promovendo mais tempo, por exemplo, para que as crianças possam comer de forma tranquila, e que possam existir mais adultos de referência dentro do refeitório.

5.3 Educadora 2 (IPSS)

Relativamente ao “o que pensa sobre a hora da refeição” a educadora 2 referiu que é um momento extremamente importante, que também é necessário que seja um momento calmo e importante para a aquisição de regras. Salientou ainda que: "pelo momento em si, pela alimentação, é um momento em que nós podemos estar numa relação de um para um e em que eles vão aprendendo as regras de estar á mesa."

Em relação ao bem-estar da criança a educadora 2 refere que:" tem de ser um momento que proporcione o bem-estar porque se for um momento que a criança está irritada, em que nós temos algum stresse não vai funcionar". Portanto para ela tem de ter um momento calmo e temos de lidar com a criança de forma calma.

Relativamente ao papel do/a educador/a e o papel da criança no momento da refeição, a educadora 2 diz que tem de imperar a calma e a tranquilidade. "O nosso papel ou a nossa função é ensinar-lhes também as regras de estar á mesa, de comer, não comer com as mãos". Refere também que: "tudo vai tendo etapas, quando eles são pequeninos deixamos, depois vão se introduzindo, á medida que eles vão crescendo vão se introduzindo as regras, aos poucos, mas sempre de um modo calmo, e que eles consigam aprender, e também depende de cada criança." A criança tem de ter um papel ativo para que possa aprender e o/a educador/a tem de promover sempre a autonomia deixando-os experimentar e deixando-os á vontade, conversando com eles, ajudando. À medida que vão crescendo vão aprendendo.

A educadora 2 falou também um pouco sobre a sua experiência no seu grupo atual (um, dois anos). Diz ser um grupo calmo, tranquilo, mas que também tem dias agitados como é normal, depende do sono porque é um grupo de crianças muito pequeno. Apesar disso é um momento alegre e de partilha. Uma das grandes potencialidades da refeição, segunda a educadora 2 é a socialização, o conhecimento das emoções pois as crianças vão aprendendo o que gostam, o que não gostam, o que gostam menos e o que gostam mais, referindo que “também temos de respeitar isso, as crianças têm de experimentar, mesmo que não gostem da primeira vez”. A educadora vai colocando no prato para que a criança experimente novamente podendo até da próxima vez gostar.

Por último a educadora 2 refere que no dia a dia não surgem grandes dificuldades no seu grupo de crianças a não ser a gestão do tempo, mas o que diz ser normal com crianças tão pequenas, pois, cada criança tem o seu ritmo. Quanto ao

trabalho feito com a família, ela conversa com esta para perceber em que etapa a criança se encontra em casa, pois, existem crianças que se sentam á mesa com os pais e outras que não, também para perceber como se processa o momento da refeição em casa.

5.4. Educadora 3 (IPSS)

Relativamente ao “que pensa sobre a hora da refeição” a educadora 3 diz ser um dos momentos mais importantes na rotina tanto de creche como de jardim de infância. A educadora refere que o bem-estar da criança está associado pois por atrás deste momento, em que a criança se está a alimentar, ela adquire novas aprendizagens, tais como: a socialização; a autonomia; a responsabilidade e aprendizagens a nível da matemática.

Segundo a educadora 3, uma das aprendizagens a nível da autonomia é incentivo à criança a aprender a comer sozinha e a estar sentada. Além disto, poderemos inculcar na criança a autonomia para também ajudar a levantar o seu prato. Outra estratégia que poderia ser adoptada no que visa à autonomia, seria escolher um "chefe" diferente a cada dia, e este ficasse responsável por pôr a água e por limpar a mesa. Estas tarefas vão ajudar a criança a adquirir responsabilidade e a sentir-se útil porque está a facultar a sua ajuda.

Outra valência que é explorada é a socialização, porque a criança no momento da refeição está em grupo e convive com as outras. Outras aprendizagens que a criança pode fazer é a nível de matemática: pode distinguir os alimentos uns dos outros; separá-los por conjuntos; pode conhecer os alimentos e distinguir os saudáveis, que deve comer em maior quantidade, dos menos saudáveis, que deve comer menos.

Quanto ao papel do/a educador/a e da criança no momento da refeição a educadora 3 refere que esta deve orientar as crianças no sentido de se alimentarem corretamente, de respeitarem as regras á mesa e também lhe compete o incentivo para que ela conheça os vários alimentos, conseguindo fazer com que a criança comece a fazer a distinção entre os mais e menos saudáveis.

A educadora aqui tem um papel fulcral de dirigir e incentivar a criança para que prove todos os alimentos.

O papel da criança no momento da refeição é ativo pois participa nela e isso vai ajudá-la a desenvolver-se em muitas áreas, como já acima descrevi.

A educadora 3 abordou ainda como decorrem os momentos da refeição com o seu grupo de crianças, referindo que nesse momento está na creche, na sala de um ano e que decorre de maneira ativa e que incentiva sempre as crianças a comerem sozinhas e que só ajuda mesmo quando percebe que eles não conseguem comer autonomamente, ou quando têm muita comida no prato. Acrescentou ainda, que deixa as crianças beberem água sozinhas mesmo que se sujem e que os deixa brincar com os alimentos para contactarem com os mesmos.

De acordo com as potencialidades a educadora 3 refere que através das refeições eles também aprendem muito sobre a roda dos alimentos e ao fazer a roda dos alimentos, para colocar na sala, também os incentiva a que comam alimentos saudáveis.

Por fim, ao falar das dificuldades na hora da refeição e que trabalho pode ser feito com a família, a educadora refere que não encontra dificuldades no seu grupo de crianças e que o trabalho que é feito com a família é feito através de conversas, de modo a que os pais adquiram ferramentas que lhes permitam incentivar os seus filhos, em casa, a comerem sozinhos, a arrumarem o prato, a deixá-los ajudar a pôr a mesa, para deste modo, vivenciarem esta parte com eles em casa.

6. Principais Conclusões

Após finalizar o meu percurso académico sinto que é essencial refletir de um modo geral sobre a experiência que vivi durante todo este processo, realçando os pontos fortes e algumas limitações das educadoras.

As educadoras que participaram neste estudo referem que a hora da refeição é dos momentos mais importantes do dia e da rotina da criança e que este momento deve ser um momento calmo e tranquilo, um momento de aquisição de regras e de alimentação. Estas referem ainda que as crianças têm de se sentir seguras no refeitório, pois é um local normalmente muito barulhento e de muita confusão.

Sobre o papel do/a educador/a, as educadoras que participaram no estudo referem que todos os momentos do dia são momentos de aprendizagem e que o momento da refeição é um deles. O/A educador/a deve promover hábitos alimentares de forma correta e um estilo de vida saudável, e deve dar apoio, afeto pois as crianças devem sentir confiança na figura do adulto. O/A educador/a refere também que o/a educador/a deve ter um papel calmo e ensinar-lhes as regras de estar á mesa.

Relativamente ao papel da criança, as educadoras referem que esta tem um papel ativo para que possa aprender e o/a educador/a tem de promover sempre a autonomia deixando-os experimentar e deixando-os á vontade, conversando com eles, ajudando e á medida que vão crescendo vão aprendendo, bem como o papel de se alimentar.

Quando falamos sobre a promoção e autonomia na hora da refeição as educadoras dizem ser importante que as crianças participem na organização e no lavar as mãos. Não ser tudo muito policiado, mas ser um momento mais natural e em que todos participem, que é bom efetivamente deixá-los fazer, e experimentar por tentativa erro, achando que se lhe der a comida á boca que eles nunca vão aprender,

Por último, foi questionado às educadoras se tinham algo que considerassem relevante e que não tinha sido questionado. A maior parte respondeu que não, justificando assim com respostas já dadas anteriormente.

Na minha opinião e com base da observação nos vários estágios, o momento da refeição é um momento de extra importância, que pode ser aproveitado para retirar várias aprendizagens e passa também por ser um momento de socialização. Portugal (1998, p.21) acredita que os “[...] educadores reconhecem a importância das relações

sociais da criança e preocupam-se com os seus relacionamentos [...] porque sabem que isso é extremamente enriquecedor para o seu crescimento social e afetivo”.

Assim como sabem que, o bem-estar e equilíbrio das crianças está diretamente ligado á “[...] solidez da rede de relações afetivas que o individuo estabelece com os outros. Um desenvolvimento pleno requer o estabelecimento de relações interpessoais íntimas [...]” (idem), principalmente nas crianças pequenas, que são mais dependentes dos alunos.

Neste sentido, os adultos desempenham um papel importante quando apoiam as crianças na resolução de tarefas em conjunto; mediando as interações; promovendo a participação e colaboração das mesmas nas várias situações e momentos. Recorrendo a essa postura conseguem contruir relações mais íntimas com as crianças.

Reflexão Final

Este relatório possibilitou a reflexão sobre todo o meu percurso e sobre as decisões que tomei ao longo das práticas de ensino supervisionadas (PES). Tive a oportunidade de aprofundar mais os meus conhecimentos sobre a gestão e autonomia na hora da refeição em creche e jardim de infância.

Ao longo do Mestrado foi-me permitido melhorar e aprofundar as minhas aprendizagens prévias e de realizar muitas novas aprendizagens, sempre conjugando a teoria com a prática, um aspeto que considero essencialmente para um bom educador. Destas aprendizagens, destaco as que se relacionaram com o planeamento de atividades em função das especificidades de cada grupo e de cada criança, a capacidade para a gestão do grupo e de conflitos, bem como a minha postura como educadora.

Uma outra aprendizagem que realizei ao longo do relatório foi a capacidade de recolha e de seleção de informação. A seleção de dados, apoiada numa maior capacidade de análise e reflexão, constituiu um desafio trabalhoso.

Considero que o/a educador/a de infância em resposta social de creche jardim de infância deverá ser um facilitador das experiências proporcionadas às crianças e respetivo desenvolvimento, pois “os educadores podem conhecer, compreender e apoiar melhor cada criança através da atenção, observação e interação física e verbal próximas.

Estas conceções estavam relacionadas com a atitude que um educador deve ter quando à confidencialidade das crianças à hora da refeição e com a postura que um educador pede que uma criança tenha durante este momento. “O papel do adulto consiste [...] em garantir condições ambientais sociais e físicas de que as crianças se possam apropriar e dominar, utilizando os instrumentos e procedimentos de que já dispõem” (Chokler, 2015, p.11).

As relações estabelecidas entre as crianças e os adultos são essenciais para a participação e aquisição da sua autonomia, uma vez que os profissionais de educação são os adultos de referência das crianças e por isso modelos a seguir. Assim, relações baseadas na confiança, consistentes, acolhedoras e facilitadoras de aprendizagens são o que as crianças precisam para se sentirem confiantes a explorar, experimentar, errar e voltar a tentar. As crianças também aprendem através da imitação e nesse

sentido, os adultos devem dar o exemplo, tendo uma alimentação saudável e variada, utilizando os utensílios corretamente, conversando com as crianças e auxiliando-as nestes momentos.

Ao fazer uma avaliação em termos de prática pedagógica utilizada pelas educadoras e tendo em consideração o que observei durante a minha permanência nos dois estágios, diria que me identifiquei essencialmente com a educadora do contexto creche/jardim de infância, principalmente se tiver em conta as interações e as atitudes que tinha com as crianças no momento da refeição.

Contudo, aprendi, tanto nos estágios que efetuei, como com a orientação das educadoras e dos meus professores que o educador deve pensar no bem-estar das crianças, mas com base no que as crianças querem e no que precisam. Tudo o que o educador planeia parte do interesse da criança e muitos dos educadores debatem com as crianças o que fazer a seguir, seguindo, no entanto, um determinado plano.

Com a realização deste trabalho aprendi que os adultos devem respeitar a individualidade de cada criança, apoiando as suas iniciativas e tentativas de participar e encorajando-as a tal. Futuramente, ao desenvolver a minha prática profissional planeio dar liberdade às crianças no momento da refeição e permitir que tenham uma participação ativa na sua alimentação, deixar as crianças pequenas experimentarem e tentarem manipular os utensílios mesmo que deixem cair muita comida, pois só assim irão aprender a fazê-lo corretamente. Pretendo, também, permitir que as crianças de jardim de infância participem nas tarefas de colocar e levantar os utensílios da mesa, criar condições para que elas sirvam a sua própria refeição com recurso a travessas, jarros de água pequenos, pratos de salada e outros utensílios que facilitem essa tarefa, utilizar utensílios o mais reais possíveis para as crianças, tendo em conta as faixas etárias, permitir que as crianças escolham os seus lugares á mesa e o que pretendam comer, incentivando uma alimentação variada e saudável, procurar que os minutos antes da refeição sejam mais tranquilos para reduzir a agitação comum nestes momentos e por fim tentar diminuir os tempos de espera das crianças.

Espero poder implementar muitas destas estratégias supracitadas, assim como outras, como por exemplo de resolução de conflitos que observei durante o meu estágio e, assim, proporcionar às crianças um ambiente calmo e tranquilo que lhes permita desenvolver as suas capacidades de socialização, atendendo o mais possível às suas necessidades.

Referências Bibliográficas

- Alarcão, I., & Celorico, J. A. (2010). *Revisão da Literatura e Sistematização do Conhecimento*. Porto: Porto Editora.
- Alcobia, V. M. (2015). *Os momentos da refeição em Creche e Jardim de Infância*. Setúbal: Instituto Politécnico de Setúbal.
- Barbosa, N. V., Machado, N. M., Soares, M. C., & Pinto, A. R. (s.d.). Alimentação na escola e autonomia – desafios e possibilidades.
- Ferreira, D. (2016). *Promoção de competências autorregulatórias da aprendizagem das crianças*. Santarém: Instituto Politécnico de Santarém.
- Freixo, M. J. (2018). *Metodologia Científica - Fundamentos Métodos e Técnicas*. Lisboa: Edições Piaget.
- Gonçalves, A. F. (2015). *O contributo das rotinas diárias para a promoção da autonomia das crianças na creche e no jardim-de-infância*. Setúbal: Instituto Politécnico de Setúbal.
- Louro, M. C. (2019). *Promoção da Autorregulação da Aprendizagem na Educação Pré-Escolar e no 1º CEB*. Santarém: Instituto Politécnico de Santarém.
- Mourinha, A. L. (2020). *A importância das rotinas para o desenvolvimento da autonomia da criança em contexto creche*. Santarém: Instituto Politécnico de Santarém.
- Pardal, L., & Lopes, E. S. (2011). *Métodos e Técnicas de Investigação Social*. Porto: Areal Editores.
- Pereira, A. M. (2014). *O CONTRIBUTO DAS ROTINAS DIÁRIAS PARA O DESENVOLVIMENTO DA AUTONOMIA DAS CRIANÇAS*. Portalegre: Instituto Politécnico de Portalegre.
- Rios, M. F. (2014). *A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO DAS CRIANÇAS EM JARDIM DE INFÂNCIA*. Lisboa: Instituto Politécnico de Lisboa.
- Varela, M. S. (2014). *“O papel do adulto na promoção da autonomia da criança”*. Lisboa: Instituto Politécnico de Lisboa.

Anexos

Guião da Entrevista

Tema: A promoção da participação e autonomia nos momentos de refeição em creche e jardim de infância

Objetivo geral da entrevista:

Recolha de informação que permita perceber como se deve organizar os momentos da refeição de forma a promover a autonomia e a participação das crianças.

Objetivos específicos:

- a) Valorizar o contributo da participação da investigação.
- b) Identificar quais as aprendizagens que se consegue obter na hora da refeição.
- c) Reconhecer o papel do educador e da criança no momento da refeição;
- d) Reconhecer a atitude da criança no momento da refeição e compreender como se pode promover a sua autonomia e participação.

População-alvo:

1 Especialista reconhecidos pela comunidade científica na área da educação de infância

1 uma educadora a exercer na creche

1 educadora a exercer num jardim de infância público

1 uma educadora a exercer num jardim de infância numa IPSS

Natureza da investigação: buscas prévias / exploração (entrevista semidiretiva)

Blocos Temáticos	Objetivos Específicos	Formulário de Questões	Observações
<p>A</p> <p>Legitimação da entrevista e Motivação do/a entrevistado/a</p>	<p>Criar clima de confiança e colaboração.</p> <p>Situar o/a entrevistado/a no contexto da investigação e informar sobre o objetivo da entrevista.</p> <p>Informar sobre os aspetos éticos.</p>	<p>Solicitar a colaboração do/a entrevistado/a.</p> <p>Informar o/a entrevistado/a acerca do projeto de investigação (explicitar os objetivos do trabalho, ações a empreender).</p> <p>Salientar a relevância do papel que o/a entrevistado/a terá ao colaborar neste projeto.</p> <p>Pedir autorização para a gravação da entrevista, garantindo a destruição dos áudios após a</p>	<p>Entrevista de caráter semidiretivo, com perguntas abertas, permitindo a livre expressão do/a entrevistado/a.</p> <p>O tempo não é delimitado, dada a imprevisibilidade do decurso da entrevista.</p> <p>Criar um clima propício à comunicação.</p> <p>Situar o/a entrevistado/a quanto ao âmbito do estudo.</p>

	<p>Valorizar o contributo da mesma.</p> <p>Garantir confidencialidade.</p>	<p>transcrição.</p> <p>Informar que a transcrição será “devolvida” no sentido de ajudar a evitar distorções ou erros na transcrição.</p> <p>Agradecer ao/à entrevistado/a pelo seu contributo para a realização do trabalho e informar sobre o nome apenas constar nos agradecimentos do trabalho.</p> <p>Transmitir o compromisso da confidencialidade.</p>	
--	--	--	--

B A importância da hora da refeição	<p>Conceber a importância da hora da refeição.</p> <p>Compreender como se pode fazer a criança se sentir bem.</p> <p>Identificar quais as aprendizagens que se consegue obter na hora da refeição.</p>	<p>O que pensa sobre a função da hora da refeição?</p> <p>Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?</p> <p>Que aprendizagens podem ser realizadas no momento da refeição?</p>	
C O papel do/a educador/a	Reconhecer a atitude do educador/a no momento de refeição.	Qual o papel do/a educador/a no momento da refeição?	
C O papel da criança	Reconhecer a atitude da criança no momento da refeição.	Qual o papel da criança no momento da refeição?	

	Compreender como se pode promover a autonomia e participação da criança na hora da refeição.	Como pode promover a sua autonomia e participação?	
D Práticas educativas	<p>Entender como é feita a gestão do momento da refeição.</p> <p>Reconhecer quais as potencialidades no momento da refeição.</p> <p>Identificar as dificuldades com que as educadoras se deparam.</p>	<p>Como é que decorrem os momentos de refeição com o seu grupo de crianças?</p> <p>Identifique algumas potencialidades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.</p> <p>Identifica algumas dificuldades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.</p> <p>Que trabalho é feita com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da</p>	

	<p>Entender como é feito o trabalho com a família na promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição.</p> <p>Identificar comportamentos adequados.</p>	<p>criança no momento da refeição?</p> <p>Se pudesse alterar os momentos de refeição, o que alteraria na sua dinâmica, de forma a colmatar as dificuldades?</p>	
<p>E</p> <p>Validação da entrevista</p>	<p>Recolher elementos de carácter complementar.</p>	<p>Gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?</p>	<p>Solicitar ao/à entrevistado/a que avalie a relevância dos aspetos abordados e os complemente com as suas reflexões, questões e interesses na temática discutida.</p> <p>Solicitar ao/à entrevistado/a que acrescente, o que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente</p>

Análise de conteúdo da entrevista A					
Conclusão: Análise de conteúdo das respostas do/a entrevistado/a A sobre o tema “.....”					
Tema	Categoria	Subcategoria	Indicadores	Unidades de Significação	U.R

--	--	--	--	--	--

Entrevista 1 - Especialista reconhecida pela comunidade científica na área da educação de infância

Professora: Maria João Cardona

Escola: Instituto politécnico de Santarém, Escola superior de Educação

O objetivo desta entrevista é o de servir de apoio a um estudo que analisará “A promoção da participação e autonomia nos momentos da refeição em creche e jardim de infância”, procurando perceber as opiniões e as várias formas de cada educador trabalhar a área em questão bem como perceber as diversas estratégias e com isso obter matéria para o meu estudo.

As suas respostas e dados recolhidos através desta entrevista, serão confidenciais e utilizados exclusivamente para este fim.

Agradeço antecipadamente a sua colaboração e autorização de gravação da entrevista.

1. O que pensa sobre a função da hora da refeição?

R: Sobre a função? A função é para dar (risos), para dar a refeição, não é? Mas acho que é um momento sempre muito complicado na creche e que não é fácil a sua gestão, percebo isso! Quer saber relativamente á creche e ao jardim, não é?

S: Sim professora, sim!

R: Acho que é dos momentos mais difíceis do dia, no jardim de infância não acho tanto e acho que é organizado, acho que é um momento de aprendizagem importante, eu acho que sim, agora a organização na creche para os mais pequeninos, que ainda não têm autonomia, acho muito complicado, eu acho que é um dos momentos que não é fácil! Exige muita gente, portanto, e depois... mas o que é que quer que eu responda ao certo? Que é um momento importante em termos de aprendizagem?

S: Sim!

R: Isso é obvio que é, agora não se pode comparar com os bebés, não é? ou com as crianças que já conhecem bem os talheres e que já estão á mesa isso é diferente, não é?

S: Sim

2. Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?

R: Eu acho que tem de estar sempre, se as crianças não se sentem bem, não é? Tem de ser um momento tranquilo, um momento em que eles se sintam bem é fundamental em todas as idades até para nós, não é? (risos)

S: Sim! (risos) Claro!

R: E nestas idades ainda é mais importante, e por isso é que é tão importante e às vezes nos mais pequeninos acho que é um momento um bocado de angústia, há muito choro, há uns que têm fome a uma hora, há outros que têm fome a outra, não há assim tanto pessoal, não é fácil de gerir nas creches! Quando eles já começam a ter alguma autonomia para estar á mesa, por exemplo, acho que é muito importante e se o trabalho é sobre autonomia sara, é que eles se possam servir, o mais cedo possível, que eles possam servir-se que eles possam estar á vontade, claro que há uns que enchem muito o prato, outros que põem muito pouco, mas claro faz parte, da aprendizagem e também para o bem estar, para não sentirem que têm alguém, parece que isso faz completamente a diferença, já tenho ido a algumas instituições mesmo alguns com dois anos se vem alguém que lhes enche muito o prato começam logo “ Não quero!” se são eles a servir-se, pronto melhor eu acho que sim. Também acho importante que seja um momento em que eles não comam sozinhos também acho importante que o adulto comer mesmo com eles infelizmente nem sempre é possível, também é importante ter os talheres todos e não ter aqueles babetes, por exemplo, que é uma coisa que eu acho horrível nas creches, nos jardins já não se vê que são mais crescidos, a porem aqueles babetes que até prendem ás vezes com o prato, eu acho aquilo mal tratar (risos) até me dá vontade sei lá de não comer pelo menos! (risos).

3. Como investigadora em educação de infância, na sua opinião, que aprendizagens podem ser realizadas no momento da refeição?

R: Como investigadora em educação de infância, nunca estive a investigar particularmente o momento da refeição, por acaso no jardim de infância já fiz um trabalho á muitos anos sobre as rotinas, não era sobre as rotinas, era sobre a organização dos espaços, materiais, e refleti e fiz entrevistas, olhe foi para o mestrado, os momentos como é que se tornavam úteis e também como geradores de bem-estar e de aprendizagem e de autonomia, que também faz parte da aprendizagem, no jardim de infância também eram esses os

momentos da rotina, que por vezes não são considerados de acordo com o potencial educativo que têm e a logica é muito grande, então já estivemos pronto, são momentos de que eu acho que aprender a gerir, aprender a estar á mesa aprender a comer com os talheres a usar, aprender a estar com os colegas, são também momentos de interação social muito importante as refeições, e daí que deviam ser mais valorizados, por exemplo ás vezes vê-se, nos mais pequeninos não tanto, mas no jardim de infância ás vezes eles, eu acho muito importante que eles ajudem a pôr a mesa, por exemplo, que eles ajudem nessas tarefas mas faz parte, e ás vezes eles estão a pôr cores ou estão a fazer e vão brincando enquanto, e ás vezes até há uma tendência a dizer “ despacha-te depois vamos para a sala trabalhar” , e ele já está ali a trabalhar porque não utilizar aqueles momentos e levá-los para a sala? Estão a comer a sopa por exemplo estão a escrever a sopa de letras, vão brincando com as letras da sopa, pronto é logico que com a comida não podem estar sempre a brincar se não nunca mais acabam de comer, mas também utilizar ou até tirar uma fotografia, “ vamos para a sala e ver que bonito que ficou e vamos ver o que se pode fazer”, não sei ir falando desde as cores, tanta coisa por isso é que eu acho que é importante que a educadora almoçar lá ou então a auxiliar que está com eles ou agora a assistente operacional, que esteja atenta que dê atenção, e que cuide bem destes momentos, em termos do bem estar e da aprendizagem, se bem que sobretudo eu acho que os momentos da refeição são momentos de estar bem e depois o que é que dão para aprender , agente pode aprender em tudo, mas também não temos que ser, mas sai naturalmente que as coisas fluam, e depois logo se vê não é?

S: Sim!

R: Sobretudo na autonomia como é o tema da tese da Sara que é fundamental parte tudo do bem-estar e que sejam momentos gratificantes!

4- Como pode ser promovida a sua autonomia e participação durante a refeição?

R: Eu já disse, desde participarem na organização no ir lavar as mãos, não ser tudo muito policiado, que há tendência a fazer filas, a fazer tudo, pronto ser mais natural, como é obvio quando nós vamos almoçar com os amigos, quando estamos em casa, não é? Ser um momento mais natural e em que todos participem claro que os que são mais pequeninos é mais difícil, por isso

eu também acho importante os grupos de idades misturadas que uns ajudam os outros, não é?

S: Sim, sim

R: E que seja um momento importante agora na creche quando muito têm todos dois anos, ou têm ali dois anos pronto. Os momentos que eu disse que são mais angustiantes e que me preocupam e que não são fáceis de gerir é o dos bebés isso aí eu acho que é muito complicado.

S: E no berçário que ainda é mais difícil.

R: É isso que eu estou a dizer no berçário, eu acho que não corre muito bem e mesmo logo a seguir ao berçário, acho que não e depois, eu acho que são momentos angustiantes e depois está um a chorar e depois é o dar a comida quase pela boca a baixo porque pronto eles são muitos e choram todos não é fácil. Eu não sou, eu nem tenho estudado muito nem vou muito a creche, mas acho que é de facto são momentos que correm mal e que têm de ser bem refletidos e analisados, e acho que tem a ver, eu acho que sobretudo ter idades mais misturadas, por exemplo o jardim de infância já cada vez tem mais meninos de dois anos!

R: Estou a responder bem às perguntas Sara? Estou-me a portar bem?

S: Sim, sim, sim! (risos)

5- Na sua opinião que trabalho pode ser feito com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição?

R: Eu acho que é importante saber também o que é que eles comem em casa, o que é que eles gostam mais, o que é que gostam menos se bem que eu acho que os comportamentos que eles têm em casa e na escola/na instituição são diferentes, agora acho que é importante porque há muitos que fazem birras que não comem, e depois na instituição é diferente comem e estão á vontade, e os pais até acham que ás vezes é mentira que não pode ser (risos), claro que tem que haver uma articulação até para uma coisa dar á

outra para eles estarem bem nos dois espaços para não haverem contradições. A participação dos pais, olhe eu á muitos anos, aliás que eu já sou do seculo passado (risos) á muito tempo lembro-me que nas instituições onde eu estava lembro-me que os pais davam apoio nos momentos da refeição e eu até acho que corria bem, às vezes também corria mal, mas no geral corria bem.

S: Eu acho que ainda existe um pouco essa parte, nas escolas publicas no jardim de infância ...

R: estou a falar no privado!

S: Pois no privado nunca ouvi falar, mas no publico sim que há pais que fazem questão de pelo menos uma vez por mês irem almoçar com os filhos á escola.

R: Quer dizer almoçarem e estarem lá e ajudavam e era importante, às vezes também corria mal é como em tudo, não é? Por acaso lembro-me de uma mão, já não sei bem porquê, porque o filho, ou era porque o filho comia demais ou porque o filho comia de menos, e tinha noção porque o filho era muito comilão (risos) e depois porque ... já não me lembro, não me lembro mesmo, mas lembro-me dela estar a intervir, pronto havia outras coisas, que também era importante agora a relação com os pais também ajudava a perceber melhor e ajudava a ver os hábitos que ele em casa faz de uma maneira, do que gosta, era uma conversa agradável, eram momentos muito agradáveis! Eu acho que havia um espaço em Torres e elas diziam que a cozinha era o coração de toda instituição e os pais quando chegavam podiam lá ir tomar um café, ou depois de almoço também podiam ir lá ter ou estar com eles, nem era no refeitório era na cozinha.

Nos refeitórios eu gostava de falar também, eu preocupa-me muito, no publico eu acho que não é tanto porque foram construídos refeitórios pequeninos uma sala agora por exemplo nas instituições privadas ás vezes há instituições gigantes, enormes do tamanho do mundo e não são espaços de bem estar, não são espaços simpáticos! Há muito ruido de fundo, mesmo assim já começam a almoçar às onze, mas há muita humidade nas paredes, há muito calor, há muito azulejo, não são espaços acolhedores. Os espaços mais pequeninos onde possam estar o grupinho ou menos crianças, são espaços

mais, onde se está bem, o bem-estar é a tal coisa é fundamental para adultos e crianças.

6- Pronto e estamos a chegar ao fim, gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?

R: Sei lá eu Sara (risos), veja lá recapitule bem as perguntas se não perdeu nada! (risos)!

S: não eu penso que a professora respondeu a tudo, a questão aqui também era ...

R: Também se faltar alguma coisa também depois pergunta-me ou manda-me um email, combinado?

S: Ok professora, ok combinado!

Entrevista 2- Educadora de jardim de infância (Publico)

Educadora: Sandra Alves

Escola: Centro Escolar Salgueiro Maia

S: Olá Sandra bom dia!

R: Pronto bom dia Sara consegue ouvir-me?

S: Sim consigo, consigo.

R: Pronto Ok peço desculpa pelo atraso, mas aconteceram uns imprevistos.

S: Não faz mal, não faz mal Sandra

O objetivo desta entrevista é o de servir de apoio a um estudo que analisará “A promoção da participação e autonomia nos momentos da refeição em creche e jardim de infância”, procurando perceber as opiniões e as várias formas de cada educador trabalhar a área em questão bem como perceber as diversas estratégias e com isso obter matéria para o meu estudo.

As suas respostas e dados recolhidos através desta entrevista, serão confidenciais e utilizados exclusivamente para este fim.

Agradeço antecipadamente a sua colaboração e autorização de gravação da entrevista.

1. O que pensa sobre a função da hora da refeição?

R: A função da hora da refeição em relação ao que promove?

S: Sim

R: Ou à função do educador?

S: Neste momento é ao que promove a parte do educador já vem mais para baixo (risos)

R: Pronto em relação á refeição é sempre uma forma também do educador perceber o nível de autonomia que a criança tem, o facto de estar bem sentado ou não, o facto de usar os talheres de forma correta, pronto é uma forma de avaliação da autonomia de cada um deles.

2. Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?

R: Pronto uma criança que não está segura no espaço escolar não estará também segura no refeitório que onde é normalmente um sítio de muito barulho, muita confusão principalmente em centros escolares e em grandes instituições para a

infância, não é? Há sempre muitas crianças, agora com esta questão do covid tenta-se fazer por grupos ou por turmas e grupos, mas normalmente é um espaço onde há muita confusão e muito barulho porque há muitas crianças ao mesmo tempo, então isso também denota da parte da criança uma segurança ou não, e o momento da refeição supostamente é um momento de prazer de grupo até. Se uma criança não está confortável, e se chora, se se recusa a comer, é um indício de facto que ela não está confortável, e não se sente segura naquele espaço e, portanto, precisa exatamente do apoio do adulto de referência.

3. Que aprendizagens podem ser realizadas no momento da refeição?

R: Bom todos os momentos no jardim de infância podem ser aproveitados para aprendizagem, não é? e a refeição é uma delas. A autonomia, não é? Desenvolve-se a autonomia, o saber estar em espaços diferentes e inclusive no refeitório e á mesa, a utilização dos talheres e do copo da água que é sempre uma grande dificuldade para eles que muitos entornam, não é? Mais, o estar em grupo, o respeitar o colega do lado, pronto basicamente é o saber estar, os valores de referência que têm de ser trabalhados. Depois há também toda uma diversidade alimentar que pode ser trabalhada com eles, não é? Muitos meninos não comem verduras, nem sopa, a sopa é sempre uma grande dificuldade e o jardim de infância também tem essa função de promover os hábitos alimentares de forma corretos, não é? e um estilo de vida saudável.

4. Qual o papel do/a educador/a no momento da refeição?

R: É um papel que eu acho que é durante todo o dia, que é de apoio e de afeto, pronto tem que haver afeto, e tem que haver, eles têm que confiar exatamente aquilo que eu respondi na outra pergunta, é isso eles têm que ter confiança no adulto de referência e na hora da refeição o adulto deve ser isso, deve ser sereno tranquilo e mesmo quando há dificuldades para comer tem que manter essa postura. Eu acredito que não é pelos gritos que eles comem mais rápido (risos) nem pela uma postura mais agressiva eu acho que pelo contrário, quanto mais gritos houver, mais agitação, mais se promove isso, a desconfiança deles, não é? e é isso a refeição é um momento de lazer, de prazer, basta pensarmos quando nós temos uma festa nós nos reunimos á mesa, não é? E a hora da refeição é exatamente isso e no jardim deve ser exatamente isso, nós somos um grupo e funcionamos como uma micro sociedade, portanto os momentos de refeição devem ser também momentos de partilha. Acho que já me perdi na pergunta!

S: Não não (risos)!

5. Qual o papel da criança no momento da refeição?

R: Bom o papel dela é efetivamente comer (risos) ela tem de comer, tem de se alimentar, mas também deve obviamente cumprir as regras do refeitório. Eles sabem que em cada espaço do jardim de infância há regras diferentes e essas regras são combinadas no início do ano mesmo as do refeitório, as da casa de banho e eles têm também de saber cumprir e saber estrar nesses espaços.

6. Como pode promover a sua autonomia e participação?

R: Bom efetivamente é deixá-los fazer, e experimentar por tentativa erro, eu acho que se nós lhe dermos a comida á boca eles nunca vão aprender, tal como os bebés da creche se não os deixarmos experienciar a comida, o quente, o frio, se é mole, se é duro e se não deixarmos a criança experimentar a colher eles também nunca vão conseguir comer sozinhos, não é? e depois acontece as dificuldades da alimentação, que se recusam a comer, pronto e era o que eu estava a dizer também quanto mais gritos houver mais agitação promove e mais desconfiança, portanto eu acho que basicamente é deixa-los experimentar por tentativa erro e acho que não é grave se uma criança se (toca o telemóvel) peço desculpa que me estão aqui a ligar, é isso a tentativa erro , é o deixar fazer e o querer fazer e ir sempre estando por perto não é? ir dizendo o que é suposto fazer o que não é suposto fazerem e pronto basicamente eu acho que é isso.

7. Como é que decorrem os momentos de refeição com o seu grupo de crianças?

R: Pois eu neste momento, no publico as educadoras não acompanham o seu grupo na hora da refeição muito embora eu pessoalmente deixo me sempre ficar por ali mais cinco ou dez minutos porque é o tempo de a auxiliar ir buscar o segundo prato e também para ajudar ali os primeiros na sopa porque também há sempre momentos mais complicados ali de meninos mais pequenos que não querem comer a sopa, outros que entram enquanto a auxiliar está a ir buscar o segundo eles entram ali em conflito uns com os outros portanto eu deixo me estar ali mais cinco ou dez minutos ás vezes para orientar um bocadinho o grupo. Mas eu acho que a função da educadora é essa de acompanhamento, de ver quem precisa de ajuda, de promover autonomia de ir gerindo os pequenos conflitos que possa haver entre eles, e apaziguar um bocadinho aquele momento que costuma ser de grande agitação. Infelizmente este ano com o covid eles só têm trinta minutos para comer o que eu acho muito pouco porque é um grupo de vinte e cinco, não dá para dar muito apoio e o feedback que eu

tenho das auxiliares é que muitos é o que comem, comem, o que não comem não comem, não há grande tempo para estar ali a insistir ou a orientar, infelizmente porque deveria ser um momento de lazer e de serenidade para com o grupo. Há muitas instituições que até os adultos comem nesse momento com as crianças.

8. Identifique algumas potencialidades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.

R: Pronto os momentos que podem promover?

S: Sim, potencialidades.

R: Pronto mais uma vez a grande potencialidade da hora da refeição é a autonomia, há outra que eu também considero importante principalmente também na hora da refeição não na hora do almoço, mas nos lanches que é a organização do espaço da mesa. Eles têm que saber que o prato fica á frente deles e que os talheres ao lado nas mãos e quando não estão a comer em cima do prato ou antes de comer ao lado do prato e o copo da água a mesma coisa é uma questão de organização. E também têm de saber estar sentados á mesa, não é? Não podem estira com as pernas de baixo do “rabiosque” nem com a cadeira virada ao contrário, portanto que há normas e que há regras a cumprir. A grande potencialidade é mesmo eu acho a autonomia, mais uma vez a autonomia e o saber estar.

9. Identifique algumas dificuldades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.

R: Pronto é as grandes dificuldades não é sara?

S: sim, as dificuldades sim, sim.

R: Estou um bocado com dificuldade em me concentrar porque é tantos papeis que tenho de preencher (risos) as dificuldades basicamente é essa é o tempo que eles têm para comer depois o número de crianças por adulto, é um adulto neste momento no centro escolar que está a dar apoio a vinte e cinco crianças e eu acho muito pouco, principalmente quando é um grupo heterogéneo onde há crianças de 4 anos muito pequeninas e que precisam de apoio. Portanto todas estas potencialidades e forma de agir acabam por não acontecer, porque depois o adulto também tem é de pronto gerir o tempo para que eles saiam dali em trinta minutos e só um adulto acho muito pouco. E

depois as dificuldades é muitas vezes a relação que eles têm com a comida que vem muito de casa, não é? Ou o facto de muitas vezes eles não comerem de forma saudável em casa, de não comerem sopa de não comerem verduras ou de terem uma relação um bocado às vezes doentia com os pais, com os pais em relação que os pais pressionam muito que eles comam porque ficam muito preocupados se eles comem e eu acho que quanto mais se fizer isso a uma criança mais se vai rejeitar a comida porque sente ali uma pressão da parte dos pais que ele tem de comer pronto, eu acho que os pais não se deviam preocupar tanto porque nenhuma criança morre de fome quando tem comida á sua disposição. Portanto é agir de forma tranquila e muitas vezes eles levam essas vivências da família para o jardim de infância e depois cabe ao adulto desconstruir isso. Claro que a hora da refeição deveria ser um momento sereno, sem grande confusão, com mais adultos na hora da refeição para estarem calmamente a comer, a conversarem, a dividir, a partilhar, não a comida não é, mas pronto as vivencias, a conversa, e que infelizmente isso no contexto escolar nunca acontece mesmo em instituições particulares raramente.

10. Que trabalho é feito com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição?

R: Por norma á sempre uma conversa inicial no inicio do ano na reunião inicial sobre a alimentação saudável, pronto eu normalmente partilho sempre com os pais esta minha preocupação, a escola também é promotora de um estilo de vida saudável e aliás isso está nas oceps bem claro, que a criança deve ter bem consciência de um estilo de vida saudável e a alimentação faz parte disso, portanto eu incentivo sempre os pais e no centro escolar e nas escolas públicas me algumas pronto não em todas, eles levam um lanche, um pequeno lanche para a manhã acompanhado do leite escolar e um pequeno lanche da tarde e eu tenho sempre conversar com os pais por isso e durante o ano vou sempre mandando brochuras até com sugestões para os lanches saudáveis e normalmente proíbo sempre, proibir é uma palavra um bocado assim ás vezes ate um bocado agressivo mas tem de ser , proíbo sempre as batatas fritas, os sumos, os sumos com gás muito mais, os leites achocolatados aconselho que seja de vez em quando, e os chocolates, as pastilhas elásticas, chupa-cupas etc etc etc.. E depois há sempre conversas ao longo do ano e troca de informações sobre essa questão. Quando realmente há uma relutância muito grande de uma criança para comer e apesar de eu não o acompanhar, depois tenho o feedback da assistente operacional,

tento sempre conversar em acompanhamento individual com esse pai para tentar perceber que vivências é que eles têm em casa e para tentar dar sugestões e pronto para conseguirem melhorar. Muitas vezes até são os pais que nos procuram.

11. Se pudesse alterar os momentos de refeição, o que alteraria na sua dinâmica, de forma a colmatar as dificuldades?

R: Efetivamente promover aqui mais tempo para eles comerem de forma tranquila, e haver mais adultos de referência dentro do refeitório, acho que sim.

12. Gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?

R: Penso que não foi muito (risos), falamos de muitas coisas, não tenho mais nada assim a acrescentar do que já tenha dito não.

S: Pronto Sandra terminamos assim e queria lhe agradecer mais uma vez pela sua disponibilidade e pelo seu interesse.

R: A sara tem o meu número e se precisar de alguma coisa é só dizer, está bem?

S: Ok muito obrigada Sandra!

Entrevista 3- Educadora de creche (IPSS)

Educadora: Ana Teresa Almeida

Escola: Associação de Desenvolvimento Social e Comunitário de Santarém Creche Andó-Litá –Tremês

O objetivo desta entrevista é o de servir de apoio a um estudo que analisará “A promoção da participação e autonomia nos momentos da refeição em creche e jardim de infância”, procurando perceber as opiniões e as várias formas de cada educador trabalhar a área em questão bem como perceber as diversas estratégias e com isso obter matéria para o meu estudo.

As suas respostas e dados recolhidos através desta entrevista, serão confidenciais e utilizados exclusivamente para este fim.

Agradeço antecipadamente a sua colaboração e autorização de gravação da entrevista.

1. O que pensa sobre a função da hora da refeição?

R: O que é que eu penso, então, eu penso que é um momento extremamente importante, não é? É importante também ser um momento calmo, é importante para a aquisição das regras e pronto e pelo momento em si, pela alimentação, não é? E é um momento em que nós podemos estar numa relação de um para um e em que eles vão aprendendo as coisas, e as regras de estar á mesa e essas coisas, não sei o que queres que eu responda. (risos)

2. Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?

R: Como é que pode estar? Em relação eu não sei se é isso que tu pretendes, mas o que eu acho. como é que o bem estar? Desculpa repete outra vez!

S: Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?

R: É assim eu penso que tem de ser um momento calmo, não é? Que proporcione o bem estra porque se for um momento que a criança está irritada, em que nós temos

algum stresse não vai funcionar, portanto para ela tem de ser um momento calmo e temos de lidar com ela de forma calma!

3. Qual o papel do/a educador/a no momento da refeição?

R: Não percebi estou novamente a ouvir-te com cortes.

(repete a pergunta)

Olha eu acho que tem de ser um papel também calmo de tranquilidade, o nosso papel ou a nossa função é ensinar-lhes também as regras de estar á mesa, de comer, não comer com as mãos é assim isto vai tendo tudo uma etapa, quando eles são pequeninos nós até deixamos, depois vão se introduzindo, á medida que eles vão crescendo vão se introduzindo as regras, não é? aos poucos, mas sempre de um modo, de um modo calmo, e que eles consigam aprender, e depois isso também depende de cada criança, depende de cada um, da maturidade de cada um nós iremos introduzindo essas regras, que são regras sociais que eles têm de aprender.

4. Qual o papel da criança no momento da refeição?

R: Qual é o papel dela?

S: Sim da criança sim!

R: Não sei o que é que pretendes com essa pergunta, qual é o papel dela?

S: Sim como é que a Teresa acha que ela deve reagir, se acha que a criança deve participar....

R: Com certeza tem de participar, se não tiver a participar também não está a aprender que é esse o nosso objetivo.

S: sim, mas por exemplo acha que a criança deve ser autónoma.

R: sim temos que promover cada vez mais a autonomia da criança neste momento da refeição, não é? por isso é que eu estava a dizer que quando eles são mais pequeninos eles até começam a comer com as mão temos de os deixar manusear os alimentos também para eles começarem a perceber o que é que é e depois então passamos á utilização da colher, depois do garfo e da faca, mais tarde já, um bocadinho mais tarde mas primeiro com a colher para eles utilizarem os utensílios, o copo, e eles é claro que eles têm de participar no inicio com a nossa ajuda, vamos ajudando, ás vezes eles com uma colher na mão e nós com outra para irmos ajudando

para eles terem também o contacto com os instrumentos que vão utilizar nessa altura, nessa hora da refeição.

5. Como pode promover a sua autonomia e participação?

R: Olha é um bocadinho assim como eu estava a dizer, é deixar que eles experimentem, é pô-los á vontade, falando com eles, conversando com eles, ajudando e eles vão fazendo á medida que vão crescendo, e que vão aprendendo , e que vão tomando o conhecimento das coisas e eles vão ganhando autonomia, no inicio e depois á medida que vão utilizando e vão tendo a experiência da alimentação e de, portanto de manusearem as coisas e da maneira de estrar á mesa vão ganhando autónoma para depois fazerem esse processo sozinhos.

6. Como é que decorrem os momentos de refeição com o seu grupo de crianças?

R: Como é que decorrem os momentos da refeição foi isso?

S: sim, sim, sim!

R: olha, é assim o meu grupo de crianças atual, é entre um ano e dois anos, pronto muitos deles ainda não têm dois anos, mas estão a caminho de fazer, e o momento da refeição é um momento calmo tranquilo ás vezes mais tranquilo outras vezes menos (risos) ás vezes também depende um bocadinho do sono ou não porque eles ainda são muito pequenos mas pronto é um momento alegre, um momento de nós conversarmos, é um momento de partilha também, e em que eles estão a ganhar ainda autonomia daquilo que estão a fazer, é um bocadinho no seguimento da pergunta que tu me fizeste anteriormente, estão a ganhar autonomia, pronto tenho uns que já comem com a colher muito bem, tenho outros que ainda é um bocadinho mais difícil, há uns que já comem sozinhos tudo, há outros que temos de ajudar e pronto é um processo.

7. Identifique algumas potencialidades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.

R: Potencialidades, o que é que queres dizer com potencialidades?

S: Como é que eu hei-me explicar, como é que a Teresa dinamiza a hora da refeição e quais é que são as potencialidades no sentido de as aprendizagens como é que pode retirar algumas aprendizagens desses momentos.

R: Quem eu?

S: As crianças também. ´

R: Isto é aquilo que temos estado a dizer, pronto, isto é uma hora de aprendizagem eles estão a aprender as regras sociais, não é, também têm que aprender a lidar com o outro, e a respeitar o outro e aprender a ser autónomos nesta parte que muito importante. Eu acho que em termos de potencialidades é mesmo a autonomia e o respeito.

S: A parte social.

R: Exatamente, a parte social o estar á mesa também tem a ver com o social. Pronto e também um bocadinho o conhecimento das emoções e aprender o que gostam e o que não gostam porque nem todos os meninos gostam de tudo, assim como nós também não gostamos de tudo, e nós também temos de respeitar um bocadinho isso. Há crianças que não gostam de determinados alimentos, pronto assim como nós também não gostamos e temos de respeitar um bocado, eles terão de experimentar. Eu por exemplo utilizo sempre o método de pôr no prato, é claro que se eu vir que uma criança não gosta, não insisto ou não o obrigo a comer aquele alimento mais tarde ela vai experimentar novamente e se calhar depois até gosta, não é?

S: sim são fases.

R: Temos de respeitar um bocadinho também o gosto de cada um, e isso também é um bocadinho a promoção do respeito pelo outro.

8. Identifique algumas dificuldades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explique quais e apresente alguns exemplos.

R: Oh sara é assim por vezes há dificuldades, surgem dificuldades não estou a ver assim, uma dificuldade que seja assim muito intransigente. há crianças, mais difíceis de comer do que outras e aí nós temos de arranjar estratégias para conseguir combater essa dificuldade.

S: Na gestão do tempo por exemplo.

R: Por exemplo, porque há crianças que são mais lentas há outras que não este ano por exemplo não tenho muito essa dificuldade e até tenho crianças que comem bem, mas pronto também temos de respeitar o timing de cada uma, e pronto há crianças que mastigam muito bem e há outras que ainda não temos que dar um bocadinho de mais tempo e se calhar temos de arranjar a comida de outra maneira para lhe ser mais fácil para elas irem progredindo também nesse aspeto.

E pronto temos também de insistir com elas para elas provarem porque às vezes não querem não é, só pelo aspeto exterior da comida às vezes não gostam não querem, isto tem um bocadinho a ver às vezes com os legumes, há muitos que não gostam dos

verdes, mas aquilo que eu faço e o meu método é sempre deixar estar no prato, e digo “prova só um bocadinho para ver se gostas”, e às vezes é só um bocadinho e depois diz que não, mas depois da outra vez que vem que se alimentam eu ponho novamente e depois há sempre um dia em que eles vão lá experimentar.

Pronto é um bocadinho estas dificuldades assim as vezes é um bocadinho e nesta minha faixa etária que eu tenho este ano é o fazer um bocadinho de porcaria, mas é normal, temos de compreender, mas eles estão a aprender é claro que vamos sempre avisando “atenção comer com cuidado, comer com jeitinho, não faz porcaria, não põe para o lado, não come com as mãos” às vezes põem a mão dentro do prato da sopa ou do prato da comida temos de dizer que não é correto fazer. Não é preciso ralhar nem fazer grandes dramas, mas é claro que temos de dizer que isso não é correto fazer, temos a colher temos que aprender a comer com a colher com os instrumentos que temos, não pomos as mãos no prato, pronto isto são tudo ensinamentos que nós vamos fazendo e que progressivamente eles também vão aprendendo. É um bocadinho essas dificuldades que vão aparecendo, mas que nos temos que arranjar estratégias para as combater.

9. Que trabalho é feito com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição?

R: Olha Sara o que eu costumo fazer, o trabalho que eu faço com a família é conversar não é , com a família e vou dizendo as etapas, pergunto também como se faz esse momento lá em casa como é que se processa esse momento lá em casa, porque há famílias em que as crianças se sentam á mesa com os pais, há outras famílias que não , que dão primeiro comida ás crianças e que depois comem eles não é? , pronto e eu pergunto e vamos conversando e vamos promovendo aquilo que nós achamos que vai ao encontro da autonomia daquela criança. Se calhar alguns ainda é os pais, imagine os pais dão a comida, “á não eu é que lhe dou a sopa passada “ e eu às vezes digo, “ olhe ó pai mas agora ó mãe ele aqui já come o segundo já come muito bem, já come sozinho já pode, dê-lhe o comer, deixe-o comer, faz um bocadinho de porcaria mas não faz mal pronto tem que aprender” pronto vamos conversando este tipo de situações que portanto passa lá por casa e que passa pela creche e vamos tentando..

S: Sim também a parte de incentivar na fase da autonomia o pôr a mesa...

R: Não percebi sara não percebi

S: Eu estava a dizer que na parte da autonomia por exemplo a questão de a criança ajudar a pôr a mesa, a pôr o copo pronto.

R: Sim por exemplo, é assim se calhar na faixa etária onde estou ainda são pequeninos, mas depois maiorzinhos sim com certeza, aproveitava a participação deles para fazer isso.

10. Se pudesse alterar os momentos de refeição, o que alteraria na sua dinâmica, de forma a colmatar as dificuldades?

R: Oh sara essa pergunta é um bocadinho...

S: difícil (risos)

R: pois (risos)... porque é assim o que é que eu alteraria? Eu não tenho assim nada que eu te possa dizer “ah eu alterava este, momento assim “não eu vou alterando á medida que vão surgindo as dificuldades, não é? eu vou alterando vou adaptando não tenho assim nada.

S: que acha que devia mudar

R: pois, que eu possa dizer que fazia de outra maneira pronto porque nós procuramos é soluções para, vamos procurando sempre soluções para os problemas que vamos encontrando.

11. Gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?

R: Não, é assim não tenho assim mais nada a alterar, acho que, pronto acho que o momento da refeição é aquilo que eu disse tem de ser um momento calmo, tem de ser um momento de partilha, tem de ser um momento alegre também, pronto e que haja respeito tanto de uma parte como de outra , eles são pequeninos e nós temos de respeitar também a individualidade de cada um e pronto, e ir promovendo a autonomia deles e adaptando as situações da melhor forma para que seja bom para eles, e que não seja um momento stressante porque muitas vezes há aquelas crianças que depois não come porque o momento depois é tão stressante porque há brigas, porque não se gosta, porque é obrigado a comer e depois isso acaba por ser um bocadinho, um circulo não é ? É um círculo e depois quando vai para a mesa já está stressado e caba por não comer e caba por haver mais stresse, não tem de ser um momento calmo tem de ser exatamente o contrário, não é? e não ficar, muitas vezes os pais dizem “ah porque ele não come em casa, não consigo que ele coma” á que eu digo sempre á que desvalorizar um bocadinho isso não ficam tão stressados, não é?

S: sim

R: E depois é assim nós também temos que às vezes perceber um bocadinho, temos às vezes não, temos sempre que perceber um bocadinho cada criança e há crianças que comem mais e há crianças que comem menos e se por exemplo há

uma criança que até come muito bem e hoje não lhe apetece comer e temos que respeitar isso por alguma coisa, não é?

S: sim até pode estranhar cansada...

R: Exatamente pode haver algum, ou está a ficar mais doentito ou pronto, tem que haver às vezes uma razão, por exemplo agora começa o calor eles têm tendência a comer menos porque têm calor, porque não estão tão frescos (risos) tão bem-dispostos e temos de respeitar um bocadinho isso e se nós vamos começar a stressar e depois cria um ambiente mau não é? mau para os pais, mau para nós, mau para as crianças, não tem de ser um ambiente calmo, tem de ser um ambiente alegre e é claro que aqueles que nunca comem nada, também há crianças que isso acontece difíceis de comer temos se insistir um bocadinho mas pronto, acho que com calma se vai lá. Acho que não deve ser nunca um ambiente de imposição e de briga pronto acho que isso não traz nada de benéfico nem para uns nem para outros. Eu pessoalmente não tenho tido grande dificuldade assim nestes momentos é claro que pronto é como digo há crianças que comem melhor, há crianças que comem pior, há crianças que se adaptam mais facilmente, há outras que não, mas pronto, temos que arranjar estratégias e formas de fazer com que seja um momento agradável para todos,

S: Pronto Teresa Obrigada pela sua participação (risos)

R: De nada!

Entrevista 4- Educadora de jardim de infância (IPSS)

Educadora: Paula Pombas

Escola: Associação de apoio às famílias de Fazendas de Almeirim

O objetivo desta entrevista é o de servir de apoio a um estudo que analisará “A promoção da participação e autonomia nos momentos da refeição em creche e jardim de infância”, procurando perceber as opiniões e as várias formas de cada educador trabalhar a área em questão bem como perceber as diversas estratégias e com isso obter matéria para o meu estudo.

As suas respostas e dados recolhidos através desta entrevista, serão confidenciais e utilizados exclusivamente para este fim.

Agradeço antecipadamente a sua colaboração e autorização de gravação da entrevista.

4. O que pensa sobre a função da hora da refeição?

R: Penso que a hora da refeição é um dos momentos mais importantes na rotina tanto de creche como de jardim de infância.

5. Como pode estar associado o bem-estar da criança com o momento da refeição?

R: O bem-estar da criança está associado ao momento da refeição no sentido que vai contribuir para alimentá-la e além disso através desse momento a criança vai desenvolver vários objetivos, a socialização, a autonomia, a responsabilidade, e outras aprendizagens ao nível de matemática.

6. Que aprendizagens podem ser realizadas no momento da refeição?

R: Uma das aprendizagens a nível da autonomia é o aprender e nós incentivarmos a criança aprender a comer sozinha e a estar sentada, outra coisa é a nível de aprendizagem e a nível da autonomia a criança aprende a comer sozinha pode ajudar a levantar o seu prato também, pode haver um chefe cada dia para pôr a água, e para limpar a mesa, isto vai ajudar a criança muito na sua autonomia e na sua responsabilidade.

Outra coisa é a socialização, porque a criança no momento da refeição está em grupo, convive com as outras crianças, e pode trabalhar a socialização.

Outras aprendizagens que a criança pode fazer é a nível de matemática pode distinguir os alimentos uns dos outros separá-los por conjuntos, pode conhecer

alimentos saudáveis saber distinguir entre alimentos saudáveis que deve comer mais e alimentos menos saudáveis que deve comer menos, ao nível da responsabilidade o jogo do chefe, é um bom jogo para explorar no momento da refeição porque eles sentem-se muito úteis quando ajudam na refeição.

7. Qual o papel do/a educador/a no momento da refeição?

R: O papel da educadora deve ser de dirigir as crianças no sentido que elas se alimentem corretamente que respeitem as regras à mesa, e que a incentive para que ela conheça os vários alimentos os mais saudáveis e os menos saudáveis. A educadora aqui tem um papel de dirigir e também tem um papel importante que é incentivar a criança para que prove todos os alimentos.

8. Qual o papel da criança no momento da refeição?

R: O papel da criança no momento da refeição, a criança tem um papel ativo no momento da refeição porque ela no momento da refeição pode participar nela e isso vai ajudá-la a desenvolver em muitas áreas. Pode ser o chefe pode levantar o seu prato pode pôr a água nos copos.

S: Já estamos a responder um pouco á outra pergunta que é..

9. Como pode promover a sua autonomia e participação?

-Então a autonomia é incentivá-la a comer sozinha, para além disso ajudar nas tarefas como levantar o prato, saber onde se põe quando levanta o prato da sopa, o prato da sopa fica num lado, e aí ela aprende a distinguir onde é que fica os pratos da sopa, onde ficam os pratos do segundo, o resto dos alimentos e isso aí faz um jogo de conjuntos muito importante que a vai ajudar a desenvolver a nível da matemática, para além disso pode ainda ajuda a limpar a mesa arrumar a sua cadeira saber que tem de fazer a higiene antes de ir para a mesa e depois de ir para a mesa, “isto dá pano para mangas “ (risos).

10. Como é que decorrem os momentos de refeição com o seu grupo de crianças?

R: Agora estou na creche, mas posso falar um bocadinho da creche, os momentos na creche estou com um ano de idade mas decorre de maneira

ativa, eu tento sempre que eles comam sozinhos, e só ajudo quando vejo quando eles já não conseguem comer sozinhos e que ainda têm muita comida no prato, deixo eles beberem água sozinhos mesmo que sujem a mesa, dou-lhes por exemplo dou-lhes alimentos a experimentar saudáveis para começarem a ter aquele gosto dos alimentos, e deixo-os brincar os alimentos, mexer, para eles contactarem com os alimentos. No jardim geralmente faço, há um chefe cada dia que fica responsável no momento das refeições, no almoço e no lanche fica responsável por pôr a água, por ajudar a pôr a mesa, vai com o adulto pôr a mesa, pôr a água e no fim a ajudar a limpar a mesa. Outra coisa também eles ajudam, o chefe dá a fruta e aí eles sentem-se “super”, sentem-se mesmo “super” porque estão a ajudar e isso trabalha muito a sua autonomia e a sua autoestima também.

11. Identifique algumas potencialidades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.

S: Penso que já falamos um pouco..

R: Identifique?

S: Sim potencialidades como o levantar a mesa, já falamos um pouco sobre esta resposta.

R: Queres que te diga mais uma potencialidade?

S: Sim

R: Através das refeições eles também aprendem muito sobre a roda dos alimentos, porque se fizeres na sala a roda dos alimentos, eles vão percebendo a confeção dos alimentos e vão percebendo e tu vais lhes interiorizando o que eles têm de comer.

S: Acaba por também incentivar a comer aqueles alimentos que aparecem porque já estão mais contactados.

R: Estão mais familiarizados com os alimentos, geralmente eu faço sempre também a roda dos alimentos com eles para os guiar, porque em casa não se passa bem assim.

9. Identifique algumas dificuldades que decorram da forma como são dinamizados os momentos de refeição? Explícite quais e apresente alguns exemplos.

R: Eu não encontro grandes dificuldades, a pessoa tem que estar é atenta e tem que estar a viver o momento da refeição e estar atenta e dirigir e tem de ser um bocado

segura de si e mostrar que a refeição se faz assim porque se vai deixá-lo “agora não quero comer” , tens de incentiva-los a comer a experimentar, não é obrigar nem estrá a fazer um “chinfrim” , é incentivas “comes um bocadinho hoje para provares “ e assim eles vão começando a comer . Por exemplo eu na sala de um ano eu já dou alface, eles devem-se familiarizar para depois irem comendo. Percebes? Eu não vejo grandes dificuldades. Até porque outra coisa, por exemplo, havendo um chefe e eles levantarem todos os pratos no fim de comer e tudo, isso é tu no primeiro dia que entras se trabalhares na primeira semana duas, eles depois já fazem disso rotina, naturalmente e não há problema nenhum ali á mesa nem há confusão nem há nada. Eles próprios é que pedem, eles próprios já sabem quem é o chefe a seguir põem o cartão e fazem, mas tens de dar motivação não é criares... é assim tens de ser positiva, dares motivação e deixares eles fazerem, não é agora estares a criar um momento tenso que eles não vão querer fazer, mas se incentivares com motivação eles gostam muito de participar nisto, e é muito produtivo eles aí só desenvolvem... E para já aprendem a “desenrascar “

10. Que trabalho é feito com a família no que respeita à promoção da participação e autonomia da criança no momento da refeição?

R: O trabalho que é feito com a família é assim, em casa as crianças só comem o que querem, nós tentamos avisar os pais nas reuniões que eles devem comer sempre sopa, que devem comer comidas mais saudáveis, e através da criança quando nós fazemos a roda dos alimentos, já aconteceu muitas vezes que é as próprias crianças que chegam a casa e dizem aos pais que isso faz mal, certos alimentos devemos comer menos estes alimentos, já houve casos aqui que foram as próprias crianças que ensinaram os pais a comer com faca e garfo, a sério, estás a ver? Se a rotina for bem feita, são os próprios filhos que começam a ensinar os pais. E agente, isto é uma das coisas que nós falamos muito na reunião de pais, porque os pais em casa ou dão a comida á boca, ou andam atrás deles com...

S: Pois essa parte da autonomia ..

R: Nós falamos muito dizemos que eles já comem sozinhos, que é preciso é incentivá-los para comerem sozinhos, que é preciso é incentivá-los para eles arrumarem o prato, para ajudarem, deixá-los ajudar a porem a mesa, para vivenciarem esta parte com eles em casa.

11. Se pudesse alterar os momentos de refeição, o que alteraria na sua dinâmica, de forma a colmatar as dificuldades?

R: Eu não tenho dificuldades, eu não acho que mudaria nada, a hora está correta das refeições, a alimentação, agente ali não tem problemas a alimentação é feita ali e é adequada

S: Sim há instituições que são empresas que fazem.

R: sim nessa parte podia haver dificuldades, mas nós ali no nosso caso não temos porque a alimentação é toda confeccionada ali, e é adaptada para as crianças, a nível da gestão do tempo na hora do almoço com as crianças desde que a parte esteja interiorizada por eles corre tudo bem.

12. Gostaria de acrescentar mais algum aspeto que considere importante sobre o assunto e que não tenha sido referido anteriormente?

R: É assim eu posso acrescentar, eu acho que isto é um momento do dia muito importante na vida das crianças, através dela nós, ensina-se e estimula quase todas as áreas de desenvolvimento a autonomia, a responsabilidade, a socialização, o conhecimento do mundo, a conhecer os alimentos, no conhecimento do mundo á zonas do país que comem de uma maneira, isto dá “pano pa mangas “, para explorara com as crianças. Também gosto muito de fazer por exemplo, nós na sala uma vez fazemos sopa para eles verem qual é os alimentos que a sopa leva outras vezes fazemos o segundo, geralmente fazemos doces na sala para eles fazerem essa parte e eu acho que é um momento que é essencial e deve haver, também acho que é muito importante que haja no momento da refeição estabilidade não estarem ali com grandes coisas, estarem ali a conviver, não haver zangas, deve ser um momento de convívio , quando estão a conversas aproveitar o tema da conversa mas também não dar “muitas asas” porque se não conversam mais do que comem , deve ser assim um momento tranquilo para que eles façam as refeições com tranquilidade e gosto.

S: Pronto está tudo muito obrigada.

R: De nada

