

RELATÓRIO DE ATIVIDADES
MEDIDAS DE ACOMPANHAMENTO NO ÂMBITO DO REGIME ESCOLAR
ANO LETIVO 2018/2019
DIVISÃO DE EDUCAÇÃO E JUVENTUDE



I – OBJETIVO DAS AÇÕES DESENVOLVIDAS NO ANO LETIVO 2018/2019

O Município de Espinho, durante o ano letivo 2018/2019, e à semelhança dos anos anteriores, promoveu o Programa "Regime Escolar", abrangendo todos os alunos do 1.º ciclo do ensino básico da rede pública, financiado no âmbito do programa europeu de distribuição de frutas nas escolas.

As ações realizadas nas escolas no âmbito deste projeto tiveram em consideração as linhas orientadoras das Medidas Educativas de Acompanhamento (Artigo 23 (10) do regulamento base e Artigo 2(1) do regulamento de execução), tendo por base reforçar a aquisição de competências na área da educação alimentar e da saúde em contexto escolar.

O Regime Escolar é um programa de extrema importância para promover uma alimentação saudável e para incentivar todos os alunos a comerem fruta e produtos hortícolas variados. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) "devem consumir-se diariamente entre três a cinco porções de fruta, dependendo das necessidades de cada pessoa". São alimentos que nos fornecem vitaminas, minerais, diferentes fibras alimentares e compostos protetores que ajudam a regular o organismo.

Neste sentido, somos de opinião que uma alimentação saudável deve ter presente fruta e produtos hortícolas, para que as crianças possam crescer fortes e saudáveis para que o organismo se possa defender das doenças que possam surgir. A escola deve ser encarada como um local essencial para o desenvolvimento de competências alimentares e de combate ao sedentarismo.

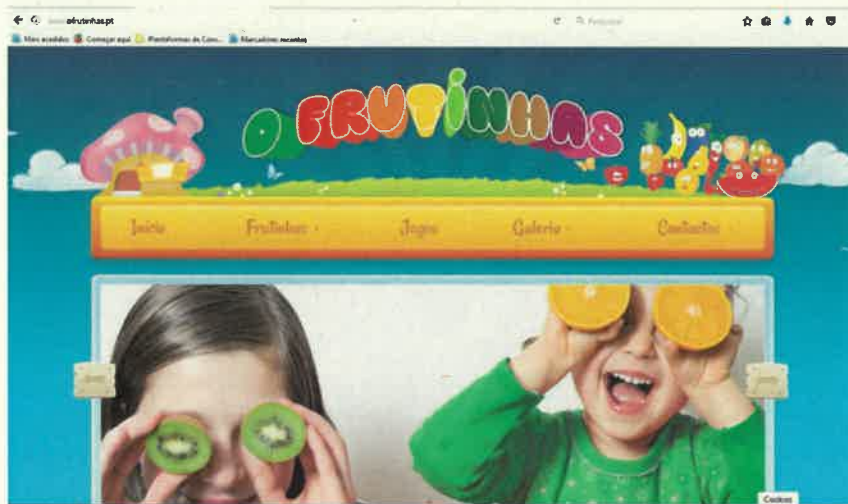
II – DESCRIÇÃO DAS AÇÕES

Quadro como nº de alunos/escolas

| REGIME ESCOLAR – MUNICÍPIO DE ESPINHO- ANO LETIVO 2019/2020 | | |
|--|----------------------------------|--------------------------|
| Agrupamento | Estabelecimento de Ensino | N.º Alunos 1.ºCEB |
| Dr. Manuel Gomes de Almeida | Escola Básica de Espinho 2 | 308 |
| | Escola Básica de Paramos | 123 |
| | Escola Básica de Silvalde | 147 |
| SOMA | | 578 |
| Dr. Manuel Laranjeira | Escola Básica de Espinho 3 | 257 |
| | Escola Básica de Guetim | 82 |
| | Escola Básica de Anta | 199 |
| SOMA | | 549 |
| TOTAL DOS AGRUPAMENTOS DE ESCOLAS | | 1 116 |

Tendo por base os pressupostos enunciados, foram elaborados nas escolas várias atividades ao longo do ano letivo:

- Decoraram-se pratos com frutas variadas, apelando à criatividade.
- Fizeram-se degustações de frutas variadas, utilizando a disciplina de estudo do meio para trabalhar esta temática e frequentemente sensibilizaram-se os alunos para o consumo diário de fruta.
- Contaram-se histórias com o objetivo de apelar ao consumo de frutas,
- Elaboraram-se jogos com o objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis.
- Utilização do website "O Frutinhas"



As nossas crianças nascem e crescem no meio das novas tecnologias. Em sociedades cada vez mais tecnológicas há que reconhecer a internet como meio altamente eficaz

de divulgação na atualidade. A sua proximidade junto a todos os públicos alvo torna-a numa ferramenta de marketing potente e com elevado potencial de eficiência e eficácia, quando bem trabalhada.

A construção de um website dedicado ao Frutinhas permite uma interação dinâmica com as crianças através da disponibilização de conteúdos didáticos interativos, nomeadamente:

- **Dinâmico** - que permita a constante alteração de conteúdos apresentados de modo a promover acessos múltiplos à plataforma pelo mesmo utilizador em busca de novidades.
- **Apelativo** - Design gráfico de layouts apelativos e ajustado à idade dos seus utilizadores, as crianças. O grafismo é muito colorido e divertido.
- **Intuitivo** - De fácil navegação.
- **Responsivo** - Adaptado a acesso através do computador ou tablet.

Pretende-se com esta medida, promover a consolidação de todo o projeto e reforçar a presença junto do seu público alvo: as crianças.

- **Página 1 - Início**

- Página inicial onde será apresentado um banner rotativo com a possibilidade de inserção de várias imagens temáticas que estimulem a visita aos restantes conteúdos do website.
- Inserção de ligações para outras páginas ;
- Inserção de ligação ao facebook.
- **Página 2 - Frutinhas**

Página de apresentação de todos os personagens da aventura, com descrição das suas características e vantagens associadas ao consumo da fruta subjacente.

- **Página 3 - Notícias**

Pequenos textos informativos, em linguagem acessível às crianças, com informação relevante no âmbito do projeto.

- **Página 4 - Jogos**

A página dedicada aos jogos é a mais inovadora. Foram disponibilizados três jogos que podem ser com atividades de colorir, fazer correspondências e construir puzzles.

O interesse e o empenho foram nota dominante durante as atividades.

A continuidade do programa para o ano letivo 2019/2020 surge tendo em consideração os benefícios positivos que as ações implementadas produziram, nomeadamente no reforço da aquisição de competências na área da educação alimentar e da saúde em contexto escolar.

É possível verificar através do grau de satisfação das crianças que se trata de um programa bastante positivo que poderá determinar a obtenção de resultados sustentáveis a longo prazo a favor da saúde e com vista à luta contra a obesidade.

Espinho e Paços do Município, 25 de setembro de 2019

O Presidente da Câmara Municipal de Espinho,



(Dr. Joaquim José Pinto Moreira)

Registo Fotográfico das Atividades implementadas nas escolas básicas do 1.º ciclo





