

**RELATÓRIO DE ATIVIDADES**  
**MEDIDAS DE ACOMPANHAMENTO NO ÂMBITO DO REGIME DE FRUTA ESCOLAR**  
**ANO LETIVO 2017/2018**

**DIVISÃO DE EDUCAÇÃO E JUVENTUDE**



## I – INTRODUÇÃO

O município de Espinho, durante o ano letivo 2017/2018, e à semelhança dos anos anteriores, promoveu o Programa “Regime de Fruta 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.

Este programa consiste na distribuição de uma peça de fruta, duas vezes por semana, aos alunos do 1º Ciclo do Ensino Básico das escolas públicas e na realização de atividades no meio escolar, que visem o desenvolvimento de competências de alimentação saudável e o conhecimento da origem dos produtos agrícolas.

Os objetivos principais são:

- Saúde Pública: melhorar a qualidade nutricional de oferta alimentar em meio escolar contribuindo para reduzir o risco de doenças crónicas associadas à obesidade;
- Educação: reforçar a aquisição de competências nas áreas da educação alimentar e da saúde em contexto escolar;
- Agricultura: aproximar as crianças do mundo rural e dar a conhecer a proveniência dos alimentos, com vista à criação e manutenção de hábitos de consumo hortofrutícolas.

Neste sentido, o presente relatório tem por finalidade apresentar o registo das atividades desenvolvidas, no âmbito do Regime de Fruta Escolar, nas escolas básicas do 1.º ciclo do concelho de Espinho.

## II – ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

As atividades foram adaptadas à faixa etária do público-alvo e, por inerência, ao nível de conhecimentos do mesmo, contemplando crianças com NEE.

Tiveram em conta as linhas orientadoras das Medidas Educativas de Acompanhamento (Artigo 23 (10) do regulamento base e Artigo 2(1) do regulamento de execução).

Foram aplicadas as seguintes medidas:

- Aulas de degustação, preparação/manipulação de alimentos com o objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis;
- Organização de palestras com leitura de histórias para educar as crianças sobre a agricultura, hábitos alimentares saudáveis e questões ambientais;
- Atividades de jardinagem - Sensibilizar as crianças para a agricultura e produção agroalimentar.

Os alunos desenvolveram atividades para além da sala de aula, entre elas foram realizadas palestras com nutricionistas, histórias, vídeos educativos sobre o tema, rodas de conversas e degustação de frutas.

Ensinou-se aos alunos uma canção que evidencia as boas práticas alimentares a serem seguidas, diariamente, e efetuou-se a leitura expressiva de uma história que apela ao consumo das várias frutas. A canção e a história serviram de ponto de partida para a exploração conjunta de conteúdos sobre alimentação saudável, roda dos alimentos, nutrientes presentes nas frutas, doenças que advêm do consumo inexistente ou insuficiente de fruta, hábitos de higiene, segurança na cozinha, etc.

Após a exploração teórica dos assuntos supracitados, levou-se a cabo uma atividade prática demonstrativa de formas possíveis de consumo de fruta – prepararam-se espetadas de fruta, realizada com recurso a várias frutas.



## **II – CONCLUSÃO**

Procurou-se que todos os alunos participassem ativamente nas tarefas, respeitando o ritmo de cada criança. Enfatizou-se a importância de repetir as atividades, em casa, com os familiares.

O Programa Regime de Fruta Escolar contribuiu para desenvolver competências ao nível do “saber estar” em situações diferentes das vividas no quotidiano e sensibilizar para os bons hábitos alimentares.

Espinho e Paços do Município, 19 de setembro de 2018

O Presidente da Câmara Municipal de Espinho,



---

(Joaquim José Pinto Moreira)

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

