[](https://www.google.pt/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjv1KPXxYTUAhWC1BoKHSgNA8IQjRwIBw&url=https://br.pinterest.com/pin/423901383659616079/&psig=AFQjCNHYIYBpGsgRbMatlW18iFcV12OWPw&ust=1495578338388497)**Guião - Brigada da Alimentação**

A brigada da Alimentação será composta por um grupo de alunos que ajudará outros alunos, no melhoramento das suas atitudes na hora da refeição e na compreensão da importância de esta ser saudável e equilibrada, bem como verificar e reflectir sobre a quantidade de alimentos desperdiçada diariamente. Têm assim um conjunto de três funções para esse melhoramento.

Será usado um uniforme preparado para o efeito de forma a estimular o interesse pelos colegas.

Funções :

1. Acompanhar alunos na hora da refeição do lanche e almoço observando os seus comportamentos e que alimentos consomem;
2. Realizar alertas com a entrega de propostas de ementas saudáveis, na alimentação diária na escola e em casa;
3. Aplicar um jogo sobre alimentação nas turmas da escola;
4. Verificar e fazer um levantamento pontual no refeitório:

* Se os alunos comeram a refeição apresentada
* Se o espaço fica limpo
* Verificar a quantidade de alimentos desperdiçados diariamente
* Qual a opinião dos alunos sobre a quantidade de comida colocada no prato
* Qual a opinião dos alunos sobre a qualidade de comida colocada no prato

1. Apresentar aos grupos / turma o que devem melhorar.

Serão feitos alguns registos simples de forma a propor algumas mudanças.

[](https://www.google.pt/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjv1KPXxYTUAhWC1BoKHSgNA8IQjRwIBw&url=https://br.pinterest.com/pin/423901383659616079/&psig=AFQjCNHYIYBpGsgRbMatlW18iFcV12OWPw&ust=1495578338388497)**Registos**

A – Grelha de Registo do que foi consumido, de forma geral, no refeitório escolar.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | Quantos alunos comeram tudo? | Quantos alunos deixaram algumas sobras? | Quantos alunos deixaram muitas sobras? | ***Total de refeições*** |
| 1º. Momento |  |  |  |  |  |
| 2ª. Momento |  |  |  |  |  |
| 3º. Momento |  |  |  |  |  |

B – Grelha de Registo sobre a limpeza do espaço no final da refeição.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | O espaço ficou bem limpo | O espaço ficou aceitável, mas com alguns restos de comida. | O espaço ficou sujo. |
| 1º. Momento |  |  |  |  |
| 2ª. Momento |  |  |  |  |
| 3º. Momento |  |  |  |  |

C – Grelha de Registo sobre a opinião dos alunos sobre a quantidade de comida apresentada.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | A quantidade é excessiva. | A quantidade é suficiente. | A quantidade é insuficiente. | ***Total de alunos inquiridos*** |
| 1º. Momento |  |  |  |  |  |
| 2ª. Momento |  |  |  |  |  |
| 3º. Momento |  |  |  |  |  |

D – Grelha de Registo sobre a opinião dos alunos sobre a qualidade de comida apresentada.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | A comida é excelente. | A comida é boa. | A comida é má. | ***Total de alunos inquiridos*** |
| 1º. Momento |  |  |  |  |  |
| 2ª. Momento |  |  |  |  |  |
| 3º. Momento |  |  |  | [Resultado de imagem para imagens de alimentos](http://www.google.pt/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjU--fdx4TUAhWJtBoKHfxiAlwQjRwIBw&url=http://www.diabetesevoce.com.br/blog/piramide-alimentar-parte-2-grupos-e-porcoes/&psig=AFQjCNEDJf0hNVIS2PPtt2E29IZ5qRVWJg&ust=1495578882036079) |  |

[](https://www.google.pt/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjv1KPXxYTUAhWC1BoKHSgNA8IQjRwIBw&url=https://br.pinterest.com/pin/423901383659616079/&psig=AFQjCNHYIYBpGsgRbMatlW18iFcV12OWPw&ust=1495578338388497)**Registos**

A – Grelha de Registo do que foi consumido, de forma geral, no refeitório escolar.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | Quantos alunos comeram tudo? | Quantos alunos deixaram algumas sobras? | Quantos alunos deixaram muitas sobras? | ***Total de refeições*** |
| 1º. Momento | 03.04 | 52 | 6 | 3 | 61 |
| 2ª. Momento | 02.05 | 49 | 11 | 4 | 64 |
| 3º. Momento | 30.05 | 51 | 6 | 4 | 61 |

*Obs: Nos três momentos de observação, apenas um número reduzido de alunos deixou sobras.*

B – Grelha de Registo sobre a limpeza do espaço no final da refeição.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | O espaço ficou bem limpo | O espaço ficou aceitável, mas com alguns restos de comida. | O espaço ficou sujo. |
| 1º. Momento | 03.04 | x |  |  |
| 2ª. Momento | 02.05 |  | X |  |
| 3º. Momento | 30.05 |  | X |  |

*Obs: Nos três momentos de observação, os alunos deixaram o espaço com alguns restos de comida que eventualmente caiu do prato, mas nada de muito significativo.*

C – Grelha de Registo sobre a opinião dos alunos sobre a quantidade de comida apresentada.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | A quantidade é excessiva. | A quantidade é suficiente. | A quantidade é insuficiente. | ***Total de alunos inquiridos*** |
| 1º. Momento | 03.04 | 3 | 58 | 0 | 61 |
| 2ª. Momento | 02.05 | 5 | 57 | 2 | 64 |
| 3º. Momento | 30.05 | 3 | 54 | 4 | 61 |

Obs: A opinião dos alunos sobre a quantidade de comida é que se verifica suficiente , apenas uma pequena amostra refere que poderia ser mais, mas apenas nos dias de carne.

D – Grelha de Registo sobre a opinião dos alunos sobre a qualidade de comida apresentada.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | | A comida é excelente. | A comida é boa. | A comida é má. | ***Total de alunos inquiridos*** |
| 1º. Momento | 03.04 | 44 | 17 | 0 | 61 |
| 2ª. Momento | 02.05 | 23 | 41 | 0 | 64 |
| 3º. Momento | 30.05 | 23 | 38 | [Resultado de imagem para imagens de alimentos](http://www.google.pt/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjU--fdx4TUAhWJtBoKHfxiAlwQjRwIBw&url=http://www.diabetesevoce.com.br/blog/piramide-alimentar-parte-2-grupos-e-porcoes/&psig=AFQjCNEDJf0hNVIS2PPtt2E29IZ5qRVWJg&ust=1495578882036079)0 | 61 |

Obs: A avaliação dos alunos sobre a qualidade da comida é entre boa e excelente.

No global, a avaliação feita pela Brigada da Alimentação, concluiu que as refeições escolares e o espaço se encontram a respeitar o que será importante para um equilíbrio do bem estar e alimentação saudável.