

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

Identificação da Escola: Escola Básica 2º e 3º Ciclos/S Bela Vista
Circulo: Setúbal
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

Exposição de motivos: (considerações ou argumentos que justificam ou enquadram as medidas propostas)

1 - Os problemas de obesidade nos jovens é cada vez maior, a sua vida sedentária, uma má alimentação e a falta de exercício físico contribuem para esta situação. A par de uma alimentação saudável, os jovens, devem ter actividades de lazer e recreativas que sejam dinâmicas, para combater a vida sedentária que muitos têm, sendo preciso promover a actividades física com a realização de diferentes tarefas, como forma de combater a obesidade.

2 – Dado que o problema da obesidade é cada vez mais grave, torna-se necessário adoptar uma politica preventiva da mesma, sendo importante envolver a escola e os encarregados de educação no combate por uma alimentação saudável. É necessário trabalhar em conjunto por uma maior educação, que contribua para uma alimentação mais saudável.

3 - Muitos alunos, porque são carenciados ou não querem, não tomam o pequeno-almoço antes de ir para a escola. Sem tomar pequeno-almoço, a concentração dos alunos é extremamente reduzida nas aulas. A falta do pequeno-almoço pode originar mau estar matinal: tonturas, vômitos e outros efeitos físicos e psicológicos.

Medidas propostas: (redigir com clareza e objectividade, sem alíneas)

1. Praticar mais exercício físico, criando nas escolas clubes de dança e de jogos tradicionais.

2. Criar guião escolar com menus para uma alimentação saudável. A alimentação deve ser

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

mais equilibrada e melhorada, proibindo os alimentos de baixo valor nutricional.

3. As escolas, do ensino básico, devem facultar aos alunos, um reforço do pequeno-almoço a meio da manhã: um pão com manteiga e um iogurte ou leite.