



## REGULAMENTO DO CONCURSO “FRUTAS DIVERTIDAS”

### “Uma maneira criativa de comer frutas”

Para uma alimentação saudável a regra é apresentar um prato bastante colorido. E se for divertido? Por certo vai saber bem melhor! O Concurso “Frutas divertidas” vai dar oportunidade aos diversos elementos da comunidade educativa de participarem e degustarem diversas frutas. Os participantes deverão apresentar um prato de frutas de maneira criativa.



Tem como principais objetivos:

- ❖ Promover e incentivar o consumo de frutas;
- ❖ Reconhecer a importância nutritiva das frutas;
- ❖ Fomentar a criatividade.

#### Artigo 1º - Condições de Admissão

- 1) Poder-se-ão apresentar a concurso os alunos do 2º e 3º ciclos, formando equipas com o máximo de 4 elementos.
- 2) Os participantes poderão utilizar todas as variedades de frutas que quiserem (não podem acrescentar qualquer alimento que não seja uma fruta)
- 3) Os pratos de fruta serão avaliados por todos os elementos do júri que votarão no seu preferido.

#### Artigo 2º - Inscrições

- 1) O prazo para inscrição no Concurso decorre de 11 a 15 de outubro.
- 2) As inscrições são formalizadas mediante preenchimento da ficha de inscrição que deverá ser entregue à diretora de turma que a fará chegar à Equipa da Saúde.

#### Artigo 3º - Realização do Concurso

- 1) O Concurso decorrerá no dia 16 de outubro, no átrio junto ao refeitório, entre as 12h 30m e as 13h 30m.
- 2) A fruta utilizada no concurso é da responsabilidade da equipa participante.
- 3) A concretização do prato terá que ser realizada na íntegra no tempo de decurso do concurso.
- 4) Serão cedidos pela Equipa da Saúde, as luvas descartáveis e os pratos de plástico.
- 5) O júri deverá observar cada prato de frutas e proceder à votação colocando o seu voto no local designado para o efeito.

**Artigo 4º - Critérios de Avaliação**

O júri, na avaliação de cada prato, deve ter em conta os seguintes critérios:

- ✓ Diversidade de frutos utilizados na confeção;
- ✓ Apresentação e criatividade.

**Artigo 5º - Prémios**

- 1) De acordo com a pontuação obtida, os participantes terão os seguintes prémios:
  - ✓ Diploma de “Campeões da Fruta” para o 1º lugar – 1 conjunto de raquetes
  - ✓ Diploma de “Fruta de Prestígio” para o 2º lugar - uma bola
  - ✓ Diploma de “Escola de Frutas” para o 3º lugar - uma corda.
- 2) Os prémios serão entregues aos vencedores nesse dia, após decisão do júri.

**Artigo 6º - Regras Gerais**

- 1) Qualquer questão omissa no presente regulamento será resolvida pela organização.
- 2) A participação neste concurso implica a aceitação do presente regulamento.