Questões relacionadas com alimentação efetuadas aos alunos de 5º 7º 10º e 12º no âmbito dos outcomes 2016

Indicadores de Resultado Outcomes- 10º 12ºAno
http://goo.gl/forms/DA2zPi7UJj

Indicadores de Resultado Outcomes- 7ºAno
http://goo.gl/forms/qkReCzLOKv

Indicadores de Resultado Outcomes- 5ºAno
http://goo.gl/forms/jiW3y4JK2S

Questões:

2. O pequeno-almoço é importante porque:

- Diminui a capacidade física
- Altera, negativamente, a regulação do apetite ao longo do dia
- Prejudica a aprendizagem
- Influencia, negativamente, o humor
- Repõe os níveis de energia

3. Na tua opinião o consumo diário de frutas e legumes:

- Provoca morte prematura
- Aumenta o risco do aparecimento de diversas doenças (ex:, doenças cardiovasculares, cancros)
- Aumenta o consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares
- Torna a alimentação pobre
- Contribui para uma alimentação equilibrada e saudável rica em vitaminas, minerais e fibras

11. Com que frequência tomas o pequeno-almoço?

- Diariamente
- 5 vezes por semana
- 3 a 4 vezes por semana
- Ao fim de semana
- Nunca

12. No teu pequeno-almoço comes:

- Leite com cereais
- Leite e pão
- Leite, pão e fruta
- Bolo e sumo
- Bolo e leite

13. Quantas peças de fruta comes por dia?

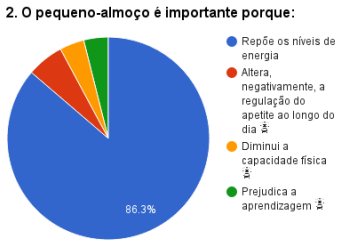
- 1 a 2 peças
- 3 a 5 peças
- Mais de 5 peças
- Nenhuma

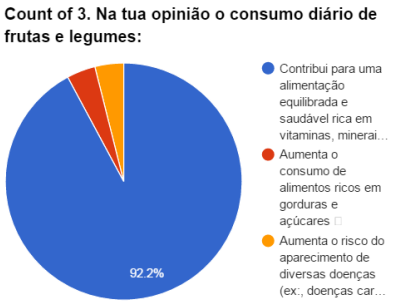
14. Comes legumes?

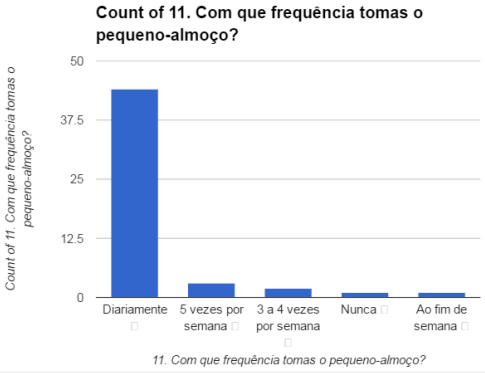
- 2 vezes por dia na sopa e em salada
- 1 vez por dia na sopa e em salada
- Nunca
- 1 vez por dia na sandes

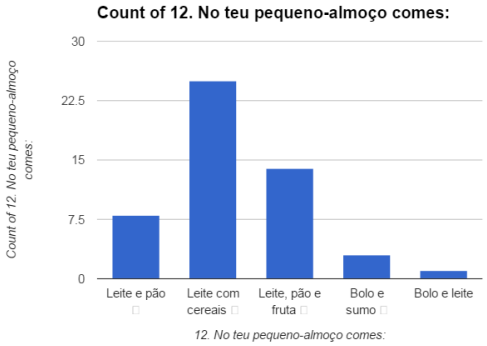
Respostas de Mogadouro:

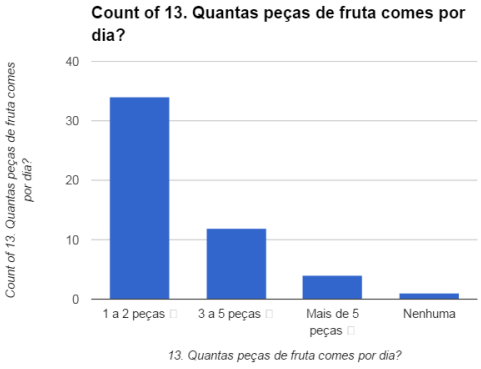
5ºano responderam 51 alunos

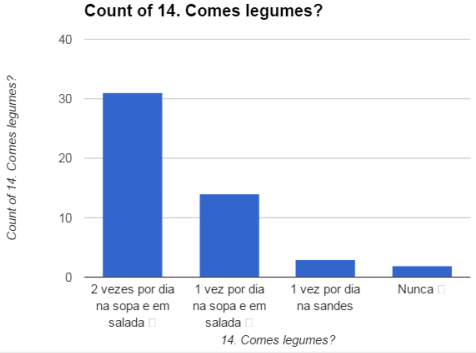




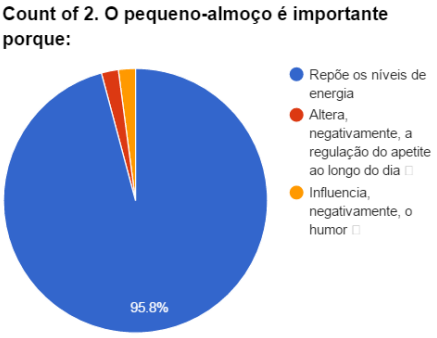


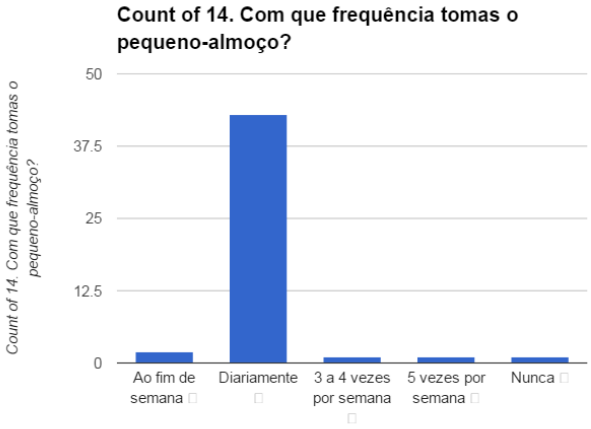


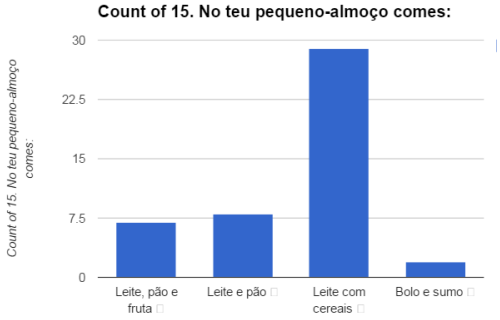


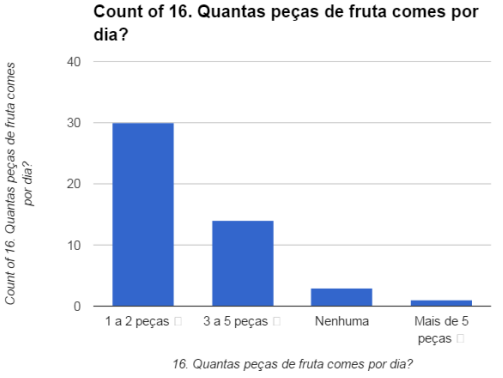


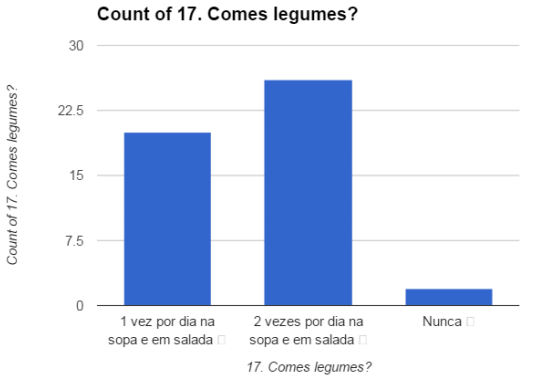
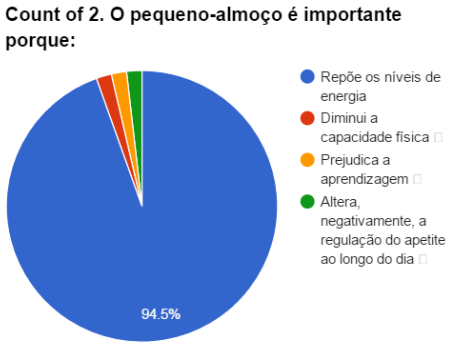
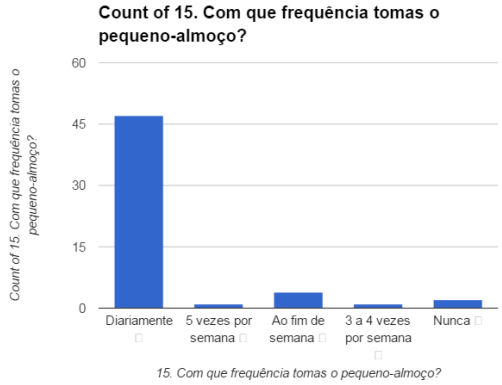
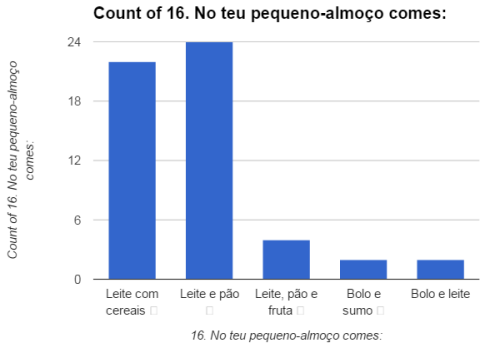
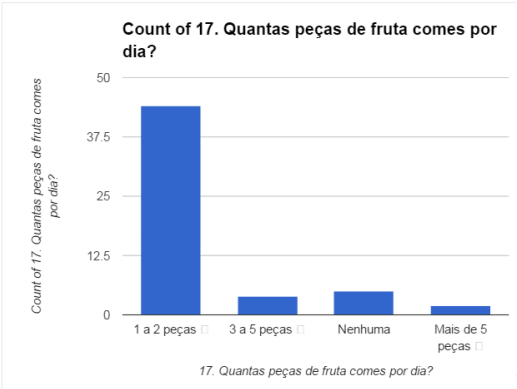
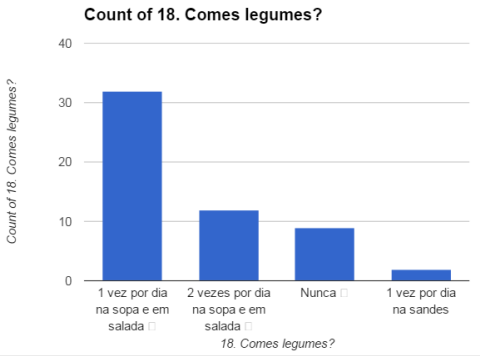
7ºano responderam 48 alunos











10º e 12ººano responderam 55 alunos