

Atividade para o Ramo: Sênior

Desafio de Culinária

Informações:

Duração: 1 semana

Local: Online

Participantes: membros da Tropa

Atividade Online: (X) SIM () NÃO

Materiais Necessários:

Programa para aplicação de reunião ou atividade online, como zoom, google Meet ou teams, além de itens alimentícios para os preparos.

Áreas de Desenvolvimento:

Essa atividade contribui para aquisição de competências nas seguintes áreas de desenvolvimento:

Físico 17, 18, 19

Competência: Preparo programas de alimentação apropriados para diversos tipos de atividades de minha patrulha, distribuindo-os corretamente ao longo do dia, incorporando também uma alimentação saudável ao meu cotidiano.

Itens de especialidades que poderão ser atendidos:

Acampamento: item 14

Culinária Mateira: item 03

Confeitaria: itens 07 e 08

Culinária: itens 04, 06, 08 e 10

Culinária Vegetariana: itens 04, 08 e 09

Desenvolvimento da Atividade

Na primeira semana, o chefe instiga nos jovens seu espírito culinário diversificado e de inclusão, explicando como fazer e incentivando os mesmos a elaborarem um cardápio (especificando a lista de gêneros) para quatro tipos diferentes de atividades escoteiras, sendo que este cardápio deve ser nutritivo e conter pelo menos três refeições no dia, no caso de que alguma das atividades escolhidas tenha pernoite. Importante que sejam refeições com materiais que tenham em casa.

Atendendo ao objetivo do ramo, o Desafio da atividade é que neste cardápio, tenha pelo menos: uma refeição vegetariana, uma refeição vegana, uma refeição mateira (preferencialmente sem utensílios de cozinha) e três sobremesas, sendo pelo menos uma light/diet e uma vegana. Este cardápio deverá ser enviado ao chefe até a véspera da reunião de tropa. O chefe então vai numerar cada refeição elaborada pelos jovens. Os jovens também deverão escolher um número cada um.

O chefe sorteia inicialmente o número de um dos jovens, e em seguida sorteia uma ou mais refeições, usando o critério da quantidade de jovens presentes. E assim sucessivamente.

Após os sorteios realizados, cada jovem terá 1 hora para preparar a refeição escolhida. Deverá apresentar à tropa o resultado do desafio, e poderá ser confirmado com a presença de um ou mais familiares, provando do preparo e dando a opinião.

Variações

Dicas

Ideal explicar como elaborar cardápios variados e a importância de serem nutritivos, principalmente durante atividades escoteiras.

Colaboraram na elaboração dessa ficha

Luciana Andrade (Chefe da Tropa Sênior do GE Maria Quitéria 087/BA)