



A BIBLIOTECA XOÁN FARIAS PRESENTA:

O MERCADO DE CHISPA

VI CONCURSO DE TRABALLO POR
PROXECTOS. CONVOCATORIA 2018 - 2019

CEIP DE PAZOS

O MERCADO DE CHISPA

VI CONCURSO DE TRABALLO POR
PROXECTOS

AUTORAS:

GRILLE RIAZUELO, ROSA

PICOS PÉREZ, KELLY

RODILES LAMAS, ROSANA

EDITA:

CEIP DE PAZOS

Ferrol, Serantes





ÍNDICE

I. RÓXENNOS AS TRIPAS...	Páx. 2
2. TEMOS FAME, PERO DE QUE?	Páx. 2
3. QUECENDO O FORNO...	Páx. 2
4. OS INGREDIENTES	Páx. 3
5. PREPARANDO A MESA	Páx. 8
6. A RECEITA: MODO DE PREPARACIÓN	Páx. 8
7. MENÚS EQUILIBRADOS	Páx. 8
8. CONDIMENTOS	Páx. 12
9. A DEGUSTACIÓN	Páx. 12
10. DE SOBREMESA	Páx. 13
11. O CELME DA NOSA COCIÑA	Páx. 14
12. COCIÑAR CON FUNDAMENTO	Páx. 16

I. RÓXENOS AS TRIPAS...

“Coidarse –a través da comida e do exercicio–, quererse, respectarse así mesmo/a, por dentro e por fóra, debería empezar desde o primeiro minuto da vida de toda persoa”.

(Corbacho, M., 2014, introdución)

No CEIP de Pazos, que é un colexio público de Educación Infantil e Primaria situado en Serantes, Ferrol, detectamos que o noso alumnado ten uns hábitos alimentarios pouco recomendables. De aí a necesidade de actuar sobre esta realidade. Somos un centro de liña 1 incompleta con xornada única. Unicamente temos unha unidade de EI e tres unidades de EP, de maneira que o alumnado está agrupado por cursos: 4º, 5º e 6º EI; 1º e 2º EP; 3º e 4º EP; 5º e 6º EP. Na actualidade contamos cunha baixa matrícula de alumnado. O número total de profesores/as é seis: director (tamén o especialista en Ed. Física), unha titora en EI, tres titoras en EP (unha delas tamén é a especialista de Ed. Musical) e o especialista en Inglés. O resto do profesorado é itinerante, polo tanto, compartido con outros centros.

Estes son os nosos ingredientes para cociñar o caldo. Continuamos coa receita?

2. TEMOS FAME, PERO DE QUE?

En referencia ao “apartado b + d” da convocatoria.

Temos fame de coñecementos, de aprender a comer mellor, temos fame de moitas cousas. Como faremos? Previamente á implantación do proxecto, dende o CEIP de Pazos decidimos aplicar o “Análise DAFO”. É unha matriz de avaliación que nos axudou a reflexionar e contextualizar o proxecto que queriamos implantar. Anéxase o [análise DAFO](#) realizado.

3. QUECENDO O FORNO...

En referencia ao “apartado b + c + d + g” da convocatoria.

Por todo isto, a nosa temática de investigación versa sobre a **Nutrición e os Hábitos de vida saudables**. Un proxecto no que pretendemos traballar, de forma continua e estable, a alimentación equilibrada e o consumo responsable.

Todo comezou nunha reunión de Claustro onde xurdiu unha idea que se podería levar a cabo: xa que no centro contabamos con moito espazo, [por que non crear un mercado nunha das aulas baleiras?](#)

Poderíamos traballar en todos os niveis e en todas as áreas dun xeito lúdico, manipulando e aprendendo ao mesmo tempo. Ese foi en si o xermolo! Dende aquela ata hoxe moitos esforzos fixeron que o soño se fixese realidade: **O MERCADO DE CHISPA**. Familias, colaboracións externas (FP Carpintería), un profesorado e persoal do centro ilusionados, alumnado motivado e a personaxe de animación da biblioteca, Chispa, que integra este proxecto dentro da dinámica do centro. **Todo xunto e posto a ferver...**

Ole de marabilla!

Temos que agradecer dun xeito moi especial a axuda prestada por dúas persoas. Unhas máxicas mans que crearon con mimo as froitas, hortalizas, carnes, embutidos, peixes, polbos, panes, doces e ata unha empanada. Un traballo meticuloso e de, non imaxinamos cantas, horas!. E por outro lado, o bo facer do alumnado do Grado Medio en Carpintería e Moble, do IES Ferrolterra, que elaborou durante o curso 2016-2017, todo o mobiliario do mercado: carriños da compra, varios caixóns para as seccións de froitas e hortalizas, carnes e peixes, módulos con andeis e unha mesa con balda para a caixa. A eles debemos sumar a implicación do resto das familias que colaboraron coa achega de envasados de diferentes produtos ata lle poder dar forma ao mercado tal e coma hoxe se pode ver.

Promover o proxecto entre o alumnado de Infantil e Primaria foi realmente sinxelo para os docentes. A proposta da construción e posta en marcha de “O Mercado de Chispa” invadiu a ilusión do alumnado de forma inmediata.

Anéxase a [liña do tempo](#) do proxecto.

L. OS INGREDIENTES

En referencia ao “apartado a + d ” da convocatoria.

Móstrase a continuación a concreción curricular. **Incorpóranse unicamente os obxectivos didácticos** -para EI- e os **estándares de aprendizaxe avaliados** –para EP-, (tomados estes como os referentes para o desenvolvemento do proxecto), así como a súa relación coas competencias clave traballadas. Cabe destacar que con cada acción desenvólta trabállanse máis aspectos curriculares, pero ao ser un proxecto de carácter globalizado coordinado dende a Biblioteca Escolar Xoán Farias, procurouse seleccionar aqueles estándares onde houbera un continuo entre os distintos niveis da etapa de Ed. Primaria xunto cos

obxectivos didácticos da etapa de Ed. Infantil. Avaliase así o mesmo aspecto curricular pero tendo en conta o nivel educativo de cada grupo de alumnado. Na [concreción curricular completa](#) pódese observar a totalidade de obxectivos (Ed. Infantil) e estándares de aprendizaxe (Ed. Primaria) traballados en cada unha das accións descritas.

ACCIÓNS	Fundación Caser, Vídeo – receitas, Programa de froita e leite na escolar, Horta Escolar						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	AUTB.4.6.	CNB2.2.1.	CNB2.2.2.	CNB2.2.1.	CNB2.2.1.		CNB2.3.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Escala cuberta polo alumnado e observación do proceso de consenso e discusión no equipo e no grupo-clase.						
	Instrumento de avaliación (1). Autoavaliación con escala estimativa						
	Competencias avaliadas. CMCT – CSC – CAA						
ACCIÓNS	Lectura do etiquetado, Chispazos Nutricionais, Chispas Nutricionais						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	COÑ. B.3.4.	CNB1.1.1.		CNB1.1.1.	CNB1.1.1.	CNB1.1.1.	CNB1.1.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación da procura de información tendo en conta as fontes facilitadas.						
	Instrumento de avaliación (2). Rúbrica						
	Competencias avaliadas. CCL – CAA – CSIEE						
ACCIÓNS	Lectura do etiquetado, Programa de froita e leite na escolar, Froitómetro, Patrulla anti – Sorbitol, Horta Escolar, O Mel.						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	AUT B.4.6.	CNB 2.3.1.	CNB 2.3.1.	CNB 2.3.2.	CNB 2.3.3.	CNB 2.3.2.	CNB 2.3.2.

AVALIACIÓN	Desempeño. Análise do traballo escrito.						
	Instrumento de avaliación (3). Ficha de traballo: rexistro das merendas - Antisorbitol.						
	Competencias avaliadas. CMCT – CAA						
ACCIÓNS	Activación matinal						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	AUT B.2.9.	EFB5.1.3.	EFB5.1.3.	EFB5.1.3.	EFB5.1.3.	EFB5.1.3.	EFB5.1.3.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (4). Escala estimativa cuantitativa.						
	Competencias avaliadas. CSC – CAA – CSIEE						
ACCIÓNS	Traballo no mercado con moedas.						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	COÑ B.1.9.	MTB 2.3.1. MTB2.3.2.	MTB 2.3.1. MTB2.3.2.	MTB 2.3.2. MTB2.3.4.	MTB 2.4.1.	MTB 2.6.1	MTB 2.8.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Análise do documento solicitado cando utiliza o documento do Mercado de Chispa e calcula o demandado.						
	Instrumento de avaliación (5). Rúbrica						
	Competencias avaliadas. CMCT – CAA						
ACCIÓNS	Traballo no mercado con medidas, Obradoiros de cociña: Larpeiradas Saudables e Pan.						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	COÑ B.1.1.	MTB 3.2.1.	MTB 3.1.1.	MTB 3.1.1.	MTB 3.1.1.	MTB 3.1.1.	MTB 3.1.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Análise da proba escrita.						

	Instrumento de avaliación. Ficha de traballo						
	Competencias avaliadas. CMCT – CCL – CAA						
ACCIÓNS	Traballo no mercado con menús saudables, Chispazos Nutricionais, Chispas Nutricionais						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	COÑ B.3.7.	CNB1.1.2.	CNB1.1.1.	CNB1.1.2.	CNB1.1.3.	CNB 1.2.1.	CNB 1.2.1
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (6). Escala estimativa de frecuencia.						
	Competencias avaliadas. CAA – CSC – CSIEE						
ACCIÓNS	Chispazos Nutricionais, Chispas Nutricionais						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	AUT B.2.5.	CNB1.2.1.	CNB1.2.1.	CNB1.3.1.	CNB 1.3.1.	CNB 1.3.1.	CNB 1.3.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (7). Escala estimativa de frecuencia.						
	Competencias avaliadas. CAA – CSC – CMCT – CSIEE						
ACCIÓNS	Chispas Nutricionais						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	LIN B.1.5.	LGB 1.5.4.	LGB 1.5.4.	LGB 1.5.4.	LGB 1.5.3.	LGB 1.6.3.	LGB 1.6.3.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (8). Lista de cotexo.						
	Competencias avaliadas. CCL – CCEC						
ACCIÓNS	Chispas Nutricionais						

CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	LIN B.1.5.	LGB 1.5.5.	LGB 1.5.5.	LGB 1.5.5.	LGB 1.5.4.	LGB 1.6.4.	LGB 1.6.4.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (9.1). Escala estimativa cuantitativa (9.2). Rúbrica						
	Competencias avaliadas. CCL – CSC – CCEC						
ACCIÓN	Chispas Nutricionais						
CONCRECIÓN CURRICULAR	ETAPA	ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA					
	ED. INF.	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
	COÑ B.3.4.	LGB 1.6.1.	LGB 1.6.1.	LGB 1.6.1.	LGB 1.6.1.	LGB 1.7.1.	LGB 1.7.1.
AVALIACIÓN	Desempeño. Observación do alumno/a.						
	Instrumento de avaliación (10). Escala estimativa cualitativa.						
	Competencias avaliadas. CCL – CAA – CSC						

Queremos destacar a conexión realizada polo alumnado entre os coñecementos e a súa posibilidade de aplicalos en diferentes situacións e contextos, facendo posible o enfoque competencial.

Ver [Perfil Competencial](#).

Esta información curricular pódese ampliar nos documentos de [avaliación das accións desenvoltas](#) e [instrumentos de avaliación](#) empregados.

Ademais de traballar o currículo de cada materia, o alumnado aprendeu a colaborar, discriminar información relevante ([procura, análise e comparación de información](#)), [expresarse publicamente e por escrito](#), [elaborar produtos multimedia para as súas exposicións](#), [contactar con distintos profesionais](#) da área sanitaria e agro-alimentaria, xestionar a toma de decisións, argumentar e apoiar documentalmente os seus argumentos e demostrar o aprendido [organizando evidencias da súa aprendizaxe](#).

5. PREPARANDO A MESA

En referencia ao “apartado d” da convocatoria.

Enriba da mesa un “folio xiratorio” de mantel no que o alumnado dos diferentes niveis colocou “o que sabe e o que quere saber”. Anéxanse os documentos elaborados: [QUE SABEMOS](#) / [QUE QUEREMOS SABER](#).

6. A RECEITA: MODO DE PREPARACIÓN

En referencia ao “apartado e + d” da convocatoria.

Unha vez posta a mesa, analizáronse as propostas e organizouse a información para construír distintos itinerarios de traballo (ou menús). Así pois, deseñáronse tres itinerarios para desenvolver o proxecto global.

- O “itinerario 1”, levouno a cabo o alumnado de Ed. Infantil e 1º - 2º de Ed. Primaria.
- O “itinerario 2”, os niveis de 3º a 6º de Ed. Primaria.
- O “itinerario 3”, no que participou todo o alumnado do centro.

Cada un destes itinerarios confórmase por diferentes liñas de actuación nas que se empregaron diversas estratexias de investigación. Prográmanse así camiños paralelos para construír de forma colaborativa o coñecemento, secuenciando as tarefas de cada grupo en momentos de traballo individual, en pequeno grupo e en gran grupo. *En referencia ao “apartado a: organización para a súa realización” da convocatoria.*

7. MENÚS EQUILIBRADOS

En referencia ao “apartado a” da convocatoria.

As liñas de traballo presentadas a continuación caracterízanse por ser globalizadas (integran o coñecemento das distintas áreas para favorecer a transferencia dos coñecementos a diferentes situacións de aplicación) e orientadas ao desenvolvemento das competencias, tal e como se puido comprobar no apartado 4 –os ingredientes-. Réxense polos principios de aprendizaxe significativo (xustificado no apartado 3 –quecendo o forno-) e a implicación de todo o alumnado (atendendo á diversidade). Mencionar ademais que son liñas de traballo variadas pero todas elas están organizadas en torno ao proxecto: **Nutrición e os Hábitos de vida saudables**, coa finalidade de concluír cun Produto Social Relevante, descrito no apartado 9 –a degustación-. Ver [temporalización das liñas de traballo](#).

ITINERARIO 1: ED. INFANTIL, 1º - 2º ED. PRIMARIA

LIÑA DE TRABALLO	Fundación Caser. Proposta promovida por dita Fundación, baseada nos hábitos de vida saudable, buscando o xeito de combater contra 4 viláns: Sorbitol, Sequía, Perezón e Pantallo.
------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: creación dun [vídeo de Samaín](#), as [personaxes](#) e o [rap](#) contra os Viláns.

LIÑA DE TRABALLO	Patrulla anti- Sorbitol. O alumnado encargado visitou regularmente as diferentes aulas para controlar as merendas, levaban un rexistro delas e daban consellos nutricionais en canto á calidade das mesmas.
------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: [rexistro das merendas](#) e [análise das mesmas](#).

LIÑA DE TRABALLO	Horta escolar. Un ano máis plantouse nos bancais da horta leitugas, amorodos e chícharos.
------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: [horta escolar](#).

LIÑA DE TRABALLO	Obradoiro de cociña: Pan. Elaborouse pan con fariña procedente de cultivo ecolóxico e moída de xeito artesanal.
------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: [obradoiro de cociña: pan](#).

LIÑA DE TRABALLO	Proxecto das abellas: O mel. Proxecto levado a cabo polo alumnado de 1º e 2º de EP sobre as abellas e o mel que incluíu a visita dun apicultor e a manipulación de panais cheos de mel.
------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: [visita apicultor](#), [resumo do proxecto](#) e [exposición a outros grupos](#).

ITINERARIO 2: 3º a 6º ED. PRIMARIA

LIÑA DE TRABALLO	Lectura do etiquetado. Traballouse coa información nutricional das etiquetas.
------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

ACCIÓNS REALIZADAS: fichas de análise de valores nutricionais: [modelos](#) e [exemplos](#).

ITINERARIO 3: ETAPA DE ED. INFANTIL E PRIMARIA

LIÑA DE TRABALLO **Vídeo – receitas.** Fundamentalmente no nivel de EI, elaboráronse vídeo - receitas en colaboración coas familias.

ACCIÓNS REALIZADAS: fichas de receitas: [modelo](#), [exemplos](#) e [vídeo - receitas](#).

LIÑA DE TRABALLO **Activación matinal.** A partir do 2º trimestre comezamos as mañás cunha breve activación neuromuscular colectiva.

ACCIÓNS REALIZADAS: [activación neuromotriz](#).

LIÑA DE TRABALLO **Programa de froita e leite na escola.** Incentívase así o consumo de produtos saudables nas merendas na escola.

ACCIÓNS REALIZADAS: [froitavén](#) (ANPA) e programa de leite e froita (XUNTA).

LIÑA DE TRABALLO **Froitómetro.** Animouse ao alumnado a mudar os hábitos de alimentación substituíndo outras merendas polo consumo de froita nos recreos a través dun reto de participación.

ACCIÓNS REALIZADAS: [froitómetro](#): [follas de rexistro](#) e [diplomas](#).

LIÑA DE TRABALLO **Traballo no mercado con moedas.** Tarefas de cálculo en base a listas da compra, táboas de prezos, etc. de carácter manipulativo e empregando a robótica para resolvelas.

ACCIÓNS REALIZADAS: [aplicación de robots educativos no mercado](#) e [tarefas manipulativas \(modelos\)](#)

LIÑA DE TRABALLO **Traballo no mercado con medidas.** Tarefas de estimación de pesos, conversión de medidas, etc.

ACCIÓNS REALIZADAS: tarefas manipulativas.

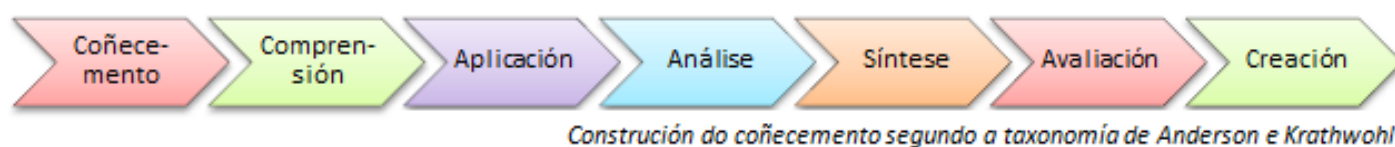
LIÑA DE TRABALLO **Traballo no mercado con menús saudables.** Tarefas de escolla de menús saudables e nunha gamificación sobre a cultura Grega elaborouse unha proposta de cálculo e estimación de prezos en base a un menú saudable con receitas gregas.

ACCIÓNS REALIZADAS: traballo con menús , proba no mercado de Chispa na gamificación , a dixestión .	
LIÑA DE TRABALLO	Obradoiro de cociña: Larpeiradas saudables. Elaboráronse larpeiradas saudables con 0% azucre engadido e a base de froitas.
ACCIÓNS REALIZADAS: obradoiro de cociña: larpeiradas saudables .	
LIÑA DE TRABALLO	Chispazos Nutricionais. Retos ao redor do tema da nutrición, con 3 niveis de complexidade, baseados na clasificación de alimentos (EI), o nivel de procesamento (de 1º a 3º de EP) e a información nutricional dos alimentos (4º a 6º de EP).
ACCIÓNS REALIZADAS: participación nos retos: infantil , de 1º a 3º e de 4º a 6º de Primaria.	

Non hai nada mellor ao rematar a receita que compartir a comida. Por iso, ao finalizar cada itinerario, realizáronse sesións de postas en común, nas que cada grupo amosaba o aprendido.

Desas postas en común xurdiu a idea do **Produto Social Relevante (PSR)**, denominado **CHISPAS NUTRICIONAIS**, que no apartado 9 (a **degustación**) explicamos.

Desta maneira, o alumnado ao realizar estas situacións de acción-reflexión sobre o que facemos, con quen, por que... ascenden dende o coñecemento para chegar á innovación e creación –construción do coñecemento segundo a taxonomía de Anderson e Krathwohl-, fase esencial dentro dos proxectos.



Levar á práctica un proxecto require dunha integración de accións por parte do alumnado. Isto supón un progreso no desenvolvemento da construción do coñecemento.

Nas liñas de traballo descritas, houbo unha integración destas accións encamiñadas a mellorar e avanzar cara unha mellor competencia informacional.

Pódese ver unha mostra das sesións de [postas en común](#) na biblioteca do Centro.

8. CONDIMENTOS

En referencia ao “apartado g” da convocatoria.

Sal, pementa, un chisco de allo e unhas pingas de aceite... Sen dúbida a implicación da comunidade educativa foi moi ampla e con intervencións variadas. Houbo [charlas e visitas](#) de expertos da rama socio-sanitaria promovidas pola ANPA do Centro e profesionais da rama agro-alimentaria tanto no proxecto do mel como no acondicionamento inicial dos [bancais da horta](#). As familias participaron activamente no [equipamento do “Mercado de Chispa”](#) e na elaboración das [vídeo-receitas](#), o alumnado mudou hábitos alimentarios na hora da merenda e todo o profesorado amosouse moi motivado na promoción de hábitos saudables desde o propio exemplo.

9. A DEGUSTACIÓN

En referencia ao “apartado h” da convocatoria.

Que rico, que saboroso, un prato do máis delicioso!

Unha das grandes posibilidades que ofrece o ABP é a de permitir que varios grupos de idades e niveis formativos distintos poidan participar del. Cada un deles traballa no marco de seu currículo, tal e como se puido comprobar no apartado 4 –os ingredientes-, pero á vez, comparte a finalidade que é común no desenvolvemento do proxecto. Como produto final, (Produto Social Relevante) creáronse as [CHISPAS NUTRICIONAIS](#), pequenos folletos con información nutricional sobre froitas e verduras elaborados polo alumnado e que foron repartidos polos nenos/as na Praza de Abastos ([Mercado da Magdalena](#)) da nosa localidade.

Consideramos a creación como un dos aspectos máis significativos dun proxecto. Este xurdiu do propio alumnado despois das postas en común e que se materializou nun deseño persoal para cada un deles. O proceso consistiu en que cada alumno/a [escolleu unha froita ou hortaliza](#), procurou e sintetizou a información dese alimento e plasmouno nun pequeno folleto con formato de *marcapáxinas* cun deseño propio.

Desta maneira, o alumnado ao comunicar o aprendido e realizado ás súas familias e tamén ás persoas que visitaron o mercado nese día, culminaron e deron sentido ao proxecto mediante as Chispas Nutricionais que elaboraron.

Sendo críticos con nós mesmos/as, non consideramos as Chispas Nutricionais como o único PSR, senón que para nós, o verdadeiro PSR foi o cambio nos hábitos nutricionais de toda a comunidade escolar. Fixémonos conscientes do que comemos valorando a importancia das nosas escollas con respecto á nosa saúde, adoptamos como unha rutina a dinámica de activación neuromotriz matinal e fomos incorporando “píldoras de acción” como pequenos respiros motores ao longo da xornada escolar.

Tamén se aproveitaron, durante todo o proxecto, as redes sociais ([Facebook](#), [YouTube](#), [ClassDojo](#)) como medios para promover conciencia da importancia dunha alimentación saudable, da necesidade de actividade física para combater o sedentarismo, do consumo responsable e do ocio saudable.

10. DE SOBREMESA

En referencia ao “apartado i” da convocatoria.

Momento de repousar a comida, dixerir o aprendido e reflexionar sobre o traballo ben feito.

- **INICIO DO PROXECTO** (carácter diagnóstico). Determinar necesidades, inquietudes do profesorado e inquietudes e coñecementos do alumnado.
 - **Profesorado:** Análise DAFO. *Ver ap. 2 – Temos fame, pero de que?-*
 - **Alumnado:** Que sabemos/que queremos saber. Folio xiratorio. *Ver ap. 5 – preparando a mesa-*
- **DESENVOLVEMENTO DO PROXECTO** (carácter formativo). Orientar ou reorientar, apoiar e estimular.
 - **Análise dos resultados de aprendizaxe:** avaliacións vinculadas co currículo oficial. *Ver ap. 4 – os ingredientes-*
 - **Análise do valor do aprendido e que orienta a novos aprendizaxes:** [diario de aprendizaxe](#) (ao finalizar cada liña de traballo o alumnado completa o “[diario de traballo](#)”. É unha ficha de autorregulación do seu propio aprendizaxe.
- **FINAL DO PROXECTO** (carácter sumativo e pronóstico). Determinar os resultados da evolución e identificar novos retos, novas liñas de traballo e progreso para o futuro.
 - **Avaliación do alumnado:** *dianas de avaliación* realizadas en [Mentimeter](#).
 - **Avaliación dos docentes:** escala estimativa cualitativa do proxecto para docentes.
 - **Avaliación das familias:** escala estimativa cualitativa do proxecto para familias.

Conclusións finais extraídas da proceso de avaliación final. Para ser a primeira vez que afrontamos a metodoloxía de traballo por proxectos de maneira colectiva e cunha duración anual, ao comezo sentimos que tivemos certas inseguridades a nivel de programación por non saber ben cara onde nos dirixiría o proxecto xa que dependiamos dos intereses do alumnado para cohesionar a base curricular co PSR final e lograr así, a consecución das competencias clave. A medida que avanzaba o proxecto, e vendo a evolución no alumnado, esas inseguridades fóronse disipando e consideramos que o resultado foi satisfactorio.

Destacar tamén que na concreción curricular algúns de nós consideramos que podiamos interrelacionar máis áreas dentro do proxecto, pero ao ser un proxecto de longa continuidade e do que queremos facer o noso sinal de identidade, tentaremos nos vindeiros cursos ampliar e incorporar novas áreas.

En liñas xerais, estamos moi contentos/as coa implicación de toda a comunidade educativa: o alumnado estivo moi motivado e foi mudando os seus hábitos alimentarios e de actividade física polo que se fixo esencial a colaboración das familias. Estas, analizando as enquisas que lles pasamos, manifestaron un alto grado de respostas positivas de cara ao proxecto.

II. O CELME DA NOSA COCIÑA

En referencia ao “apartado j” da convocatoria.

A biblioteca apoiou, en maior ou menor medida, todas as liñas de traballo relacionadas co Proxecto de Nutrición e Hábitos de vida saudables. Nun centro pequeno coma é o noso, todo o profesorado forma parte do equipo de Biblioteca e entre todos e todas construímos o centro e dámoslle forma aos proxectos que levamos a cabo ao longo do curso.

Do mesmo xeito, apoiaron ao desenvolvemento do proxecto o *Equipo de Normalización Lingüística* (vinculación curricular coa área de Lingua Galega así como asesoramento lingüístico no deseño de material gráfico) e *Proxecto ABALAR* para a procura de información e deseño de materiais multimedia.

Evidénciase a continuación a función e participación da nosa Biblioteca “Xoán Farias” nas distintas liñas de traballo desenvoltas:

1. **FUNDACIÓN CASER.** Apoio con fondos documentais da Biblioteca e publicación do vídeo no blog da Biblioteca.
2. **LECTURA DE ETIQUETADO.** Elaboración de fichas para aprender a ler a información nutricional das etiquetas dos alimentos e elaboración de fichas para traballar os valores nutricionais.
3. **VÍDEO-RECEITAS.** Publicación no blog da Biblioteca.
4. **ACTIVACIÓN MATINAL.** Apoio con fondos documentais.
5. **PROGRAMA DE FROITA E LEITE NA ESCOLA.** Apoio con fondos documentais e publicación no blog da Biblioteca.
6. **FROITÓMETRO.** Apoio con fondos documentais e elaboración do panel do Froitómetro para o corredor e para as aulas, elaboración dos diplomas e publicación no blog da Biblioteca.
7. **PATRULLA ANTI-SORBITOL.** Modelo de ficha para cubrir.
8. **HORTA ESCOLAR.** Apoio con fondos documentais.
9. **TRABALLO NO MERCADO CON MOEDAS.** Apoio con fondos documentais e elaboración de fichas para cálculo e estimación de pesos.
10. **TRABALLO NO MERCADO CON MEDIDAS.** Apoio con fondos documentais e elaboración de fichas para manipular no mercado.
11. **TRABALLO NO MERCADO CON MENÚ SAUDABLES.** Apoio con fondos documentais, elaboración dun menú, elaboración de fichas para traballar o custe do menú e publicación no blog da Biblioteca.
12. **OBRAIDRO DE COCIÑA: LARPEIRADAS SAUDABLES.** Apoio con fondos documentais, obradoiro no Mercado (Biblioteca) e publicación no blog da Biblioteca.
13. **OBRAIDRO DE COCIÑA: PAN.** Apoio con fondos documentais da Biblioteca e Obradoiro no mercado (Biblioteca).
14. **PROXECTO DAS ABELLAS: O MEL.** Apoio con fondos documentais da Biblioteca.
15. **CHISPAZOS NUTRICIONAIS.** Apoio con fondos documentais e 30 retos elaborados por nivel para tres grupos: infantil, 1º, 2º e 3º; e 4º, 5º e 6º. Co solucionario e publicación no blog da Biblioteca.

16. **CHISPAS NUTRICIONAIS.** Distribución de 50 produtos: 25 froitas e 25 hortalizas. Elaboración do modelo de “Chispa nutricional”, elaboración do cadro de distribución por cursos e alumnos e publicación no blog da Biblioteca.

12. COCIÑAR CON FUNDAMENTO

En referencia ao “apartado f” da convocatoria.

- Arias Correa, A. e D.; Navaza Blanco, M^a V.; Rial Fernández, M^a D. (2009). *O traballo por proxectos en infantil, primaria e secundaria*. Galicia: Xunta de Galicia.
- Corbacho, M. (2014). *Vida Sa! Desde a infancia e para sempre*. Hércules Ediciones.
- Decreto 330/2009, de 4 de xuño, polo que se establece o currículo da educación infantil na Comunidade Autónoma de Galicia. Diario Oficial de Galicia, nº 121, Galicia, 23 de xuño de 2009.
- Decreto 105/2014, de 4 de setembro, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia. Diario Oficial de Galicia, nº 171, Galicia, 9 de setembro de 2014.
- Escamilla González, A. (2016). *Proyectos para desarrollar inteligencias múltiples y competencias clave*. Barcelona: Graó.
- Orde ECD/65/2015, de 21 de xaneiro, pola que se describen as relacións entre as competencias, os contidos e os criterios de avaliación da educación primaria, a educación secundaria obrigatoria e o bacharelato. Boletín Oficial do Estado, nº 25. España, 29 de xaneiro de 2015.
- Vergara Ramírez, J. (2016). *Aprendo porque quiero. El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), paso a paso*. España: SM.

Anéxanse outras [fontes consultadas polo alumnado](#).

A vida sa EMPEZA NA CASA; adaptarse a este modelo de vida só comporta un pouco de

paciencia, aínda que sei moi ben que ás veces vivimos ao límite, asegúroche que,

FACER CLICK e levar unha vida sa, paga a pena.

(Corbacho, M., 2014, introdución)