CURSO 2023-2024

coidándonos nós, coidamos o planeta

CLUB DE LETRAS

3 SALUD Y BIENESTAR

1. IDENTIFICACIÓN			
TÍTULO DA TAREFA:	**Coidándonos nós, coidamos o planeta.**		
ETAPA:	Educación Infantil	NIVEL:	4º, 5º e 6º de Ed. Infantil
ÁREAS:	Globalizado.	PROFESORADO:	Vanessa
DESCRIPCIÓN:			
Nesta tarefa coñeceremos un pouco máis sobre o importante que é ter un boa alimentación e facer exercicio para o noso corpo. Descubriremos de onde ven o azucre, canto azucre teñen algúns alimentos, o prato de Harvard e a importancia da actividade física e **elaboraremos un podcast para compartir coa comunidade educativa e que tamén estará presente no III Congreso dos ODS.**			
XUSTIFICACIÓN:			
Seguindo o **ODS 3 Saúde e benestar, que fala de garantizar unha vida sa e promover o benestar en todas as idades coma un obxectivo esencial para o desenvolvemento sostible,** nesta tarefa coñeceremos os riscos que supón un consumo excesivo de azucre e outros alimentos e a importancia da actividade física diaria. Crearemos un podcast sobre o que vaiamos aprendendo, faremos os nosos pratos de harvard, xogaremos no noso restaurante saudable, faremos experimentos, e cociñaremos entre outras propostas. Buscaremos na rapazada a reflexión sobre o que comen a diario, os desperdicios que se xeneran, e a importancia dunha alimentación saudable e que respete ao planeta reducindo residuos.			
CONTEXTO:			
Social e Persoal.			

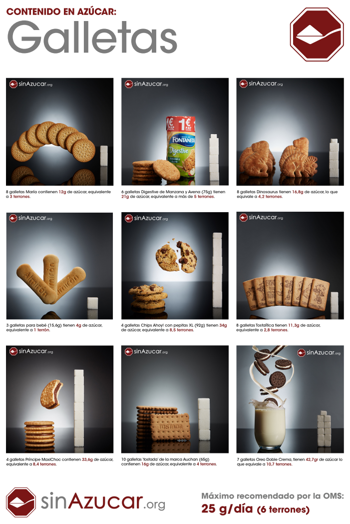
2. CONCRECIÓN CURRICULAR		
ACTIVIDADES/EXERCICIOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN / OBXECTIVO	INSTRUMENTO E PROCEDEMENTO DE AVALIACIÓN
ACTIVIDADE FÍSICA: Coñeceremos cales son os beneficios da actividade física nas persoas e cómo podemos facer no noso día a día para favorecela.	- CA 3.5. Evocar e expresar espontáneamente ideas a través do relato oral./ OBX. 3 - CA 3.2. Recoñecer hábitos de saude, alimentación saudable, hixiene corporal e benestar utilizando adecuadamente espazos e materiais./ OBX. 3 - CA 2.2. Xestionar situacións, dificultades, retos ou problemas planificando secuencias de actividades, mostrando interese e iniciativa e colaborando cos seus iguais./ OBX. 2	Escala de valoración. Rexistro de observación directa.
O AZUCRE: veremos de onde ven o azucre, canto podemos tomar ao día e canto hai nos alimentos que moitas veces toman a diario, e riscos para a nosa saúde.	- CA 3.5. Evocar e expresar espontáneamente ideas a través do relato oral./ OBX. 3 - CA 3.2. Recoñecer hábitos de saude, alimentación saudable, hixiene corporal e benestar utilizando adecuadamente espazos e materiais./ OBX. 3 - CA 2.2. Xestionar situacións, dificultades, retos ou problemas planificando secuencias de actividades, mostrando interese e iniciativa e colaborando cos seus iguais./ OBX. 2	Escala de valoración. Rexistro de observación directa.
ALIMENTACIÓN SAUDABLE: aprenderemos qué alimentos podemos comer con máis ou menos frecuencia no día a día.	- CA 3.5. Evocar e expresar espontáneamente ideas a través do relato oral./ OBX. 3 - CA 3.2. Recoñecer hábitos de saude, alimentación saudable, hixiene corporal e benestar utilizando adecuadamente espazos e materiais./ OBX. 3 - CA 2.2. Xestionar situacións, dificultades, retos ou problemas planificando secuencias de actividades, mostrando interese e iniciativa e colaborando cos seus iguais./ OBX. 2	Escala de valoración. Rexistro de observación directa.

CONTIDOS ESPECÍFICOS DA TAREFA
- Verbalización da secuencia de accións nunha actividade planificada. - Hábitos e prácticas sostibles e ecosocialmente responsables relacionadas coa alimentación, coa hixiene, coa actividade física, co descanso, co autocoidado e co coidado do entorno. - Estratexias para propoñer solucións: creatividade, diálogo, imaxinación e descubrimento.

4. TRANSPOSICIÓN DIDÁCTICA (2)

ACTIVIDADES/ EXERCICIOS	ESCENARIO	AGRUPAMENTO	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
0.1.- Caixa sorpresa: abriremos a nosa caixa sorpresa con: contos e libros, a dentadura, garbanzos, e unha carta coa misión de alimentarnos Ben e reducir os plásticos na hora da merenda.	Aula vermella	Gran grupo	Caixa cos diferentes elementos.	Primeiro martes
1.1.- E ti ves camiñando á escola? Diálogo sobre a importancia da actividade física no día a día.	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro martes
1.2.- Vexo, penso, pregúntome. Imaxe dunha persoa facendo deporte.	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro martes

1.3.- Circuito pola aula. A rapazada terá un circuito pola aula con diferentes propostas: “surfeamos” nas táboas curvas, xogamos aos bolos e encestar aros, pin pon, cirucito subindo pola mesa-túnel de sillas- subimos a rampa de madeira e saltamos dende o cubo cos dous pés xuntos. Rematamos cunhas posturas de ioga para estirar.	Aula vermella	Individual	Rampa de madeira Cinta gruesa, dúas sillas, pelotas e caixa para metelas. Tarxetas de ioga. Material pin pon.	Primeiro martes
2.1.- Círculo: que pasaría se non existira o azucre?	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro xoves
2.2.- Visionado dos seguintes vídeos para ver de onde ven e o proceso de elaboración do azucre. https://www.youtube.com/watch?v=HVhDBlPIyC8 **Azúcar de coco:** https://www.youtube.com/watch?v=Vjx_YANnSn8	Aula vermella	Gran grupo	Pantalla con internet.	Primeiro xoves

2.3.- Vexo, penso, pregúntome: da seguinte imaxe.	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro xoves
2.4.- Observamos os pósters de diferentes alimentos e a cantidade de azucre que teñen. Diálogo sobre o observado.	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro xoves

3.1.- Lemos o conto de Lucía mi pediatra e observamos libros da biblioteca sobre dentes e saúde dental.	Aula vermella	Gran grupo		Primeiro xoves
3.2.- Experimento 1: caramelos stickets: os poñemos en auga e observamos que a medida que desaparece o baño de cor, o que queda é azucre.	Aula vermella	Grupos de 3-5 nenxs.	Caramelos stickets. Prato Auga.	Primeiro xoves e segundo martes.
3.3.- Limpamos os dentes e observamos a nosa boca por dentro. Terán que limpar os dentes dunha dentadura de mentira e Terán tamén espellos de dentista para mirar a boca por dentro.	Aula vermella	Grupos de 3-5 nenxs.	Dentadura Cepillos de dentes. Pasta de dentes. Fío dental.	Primeiro xoves e segundo martes.
3.4.- Demasiado azúcar. Xogaremos a este xogo de mesa.	Aula vermella	Grupos de 3-5 nenxs.	Xogo de mesa	Primeiro xoves e segundo martes.

5.2.- Cociñamos: facemos hummus para almorzar.	Aula vermella	Grupos de 3-5 nenxs.	Garbanzos Tahini Pementón dulce. Batidora Recipientes. Tiras de zanahoria para mollar. Aceite de oliva	Segundo martes
4.1.- Vexo, penso, pregúntome: o prato de Harvard.	Aula vermella	Gran grupo		Segundo xoves
4.2.- Conto Lucía mi pediatra.	Aula vermella	Gran grupo		Segundo xoves

5.- Gravamos. Cada grupo será encargado de gravar unha parte do podcast (importancia do pouco consumo de azucre, receta, facer deporte…)	Aula vermella	Gran grupo	Gravadora	Segundo xoves

5. AVALIACIÓN		
ASPECTOS A AVALIAR	**INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN**	**PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN**
ENSINANZA-APRENDIZAXE (ALUMNADO)	- Escala de valoración - Anecdotario.	**Como?** Mediante observación directa e sistemática. **Quen?** A mestra coordinadora do ámbito e as especialistas que interveñen. **Cando?** Ao remate de cada sesión de ámbito a titora e a especialista fan unha posta en común. Esta información será compartida coas compañeiras do equipo de ciclo co obxectivo de coñecer a evolución do alumnado e o seu avance nos diferentes ámbitos.
PRÁCTICA DOCENTE	- Ficha de recollida de información https://docs.google.com/presentation/d/1Qh9sZSdFAyD3VZeKO9GPfP0r01XR1sMa/edit#slide=id.g1ea519a1f17_0_18	**Como?** Cumprimentando a ficha. **Quen?** A mestra coordinadora do ámbito e as especialistas que interveñen. 2 **Cando?** Ao remate de cada sesión de ámbito a titora e a especialista fan unha posta en común. Esta información será compartida coas compañeiras do equipo de ciclo co obxectivo de mellorar e enriquecer a práctica educativa.
DESEÑO DA TAREFA	Lista de cotexo.	Reflexión individual (autoavaliación)