

ACTIVIDADE PORTFOLIO DE PRIMARIA C.P.I. DE BEMBIBRE Curso 2010/2011	
TÍTULO DA ACTIVIDADE	Ed. Física Alimentación e hixiene.
IDIOMAS	<input type="checkbox"/> GALEGO (X)
DESCRITORES A TRABALLAR	B1 (escoitar, ler, falar, conversar, escribir)
DESTREZAS QUE SE INCLÚEN	(X) COMPRENDER: (X) comprensión auditiva (x) ESCOITAR (X) FALAR: expresión oral / interacción oral (x) LER (x) ESCRIBIR: expresión escrita
OBXECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Coñecer, promover e formar na necesidade e no desenvolvemento de hábitos alimenticios saudables. - Coñecer as vantaxes para a saúde do consumo de alimentos naturais. - Coñecer os diferentes grupos de alimentos e as súas propiedades. - Valorar a hixiene alimenticia. - Asimilar o porqué dunha dieta equilibrada e a realización do exercicio físico.
MATERIAIS	Materiais de aula tipo cartulinas, rotuladores, lápices, recortables... Aula TIC.
DESENVOLVEMENTO DA ACTIVIDADE	Presentación teórica da Unidade Didáctica donde se irá incrementando, na medida do posible, a participación activa do alumno buscando información ou debatindo sobre o tema. Rematada cada sesión extreranse conclusións plásmadas nun cadro resumo elaborado mediante debate.
AVALIACIÓN: Seguimento	A través de: <ul style="list-style-type: none"> - Interese e participación do alumnado. - Conclusións do alumnado despois de cada sesión.
AVALIACIÓN: Nivel de participación	Bo, baseado na enquisa realizada entre os alumnos/as unha vez rematada a unidade.
IMPACTO PREVISTO	Excelente

Educación Física	CURSO: 5º primaria
U. DIDÁCTICA: Alimentación e hixiene	SESIÓN: 1
OBXECTIVOS/CONTIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir coñecementos básicos sobre a alimentación. - Coñecer para que nos sirven os alimentos que inxerimos. - Introducir e unir os conceptos nutrición e deporte. 	

PARTE INICIAL/QUENTAMENTO	Gráfico	Tempo
<p>1- Posta en común dos coñecementos básicos que posuen os alumnos sobre o tema.</p>		10´
PARTE PRINCIPAL	Gráfico	Tempo
<p>2- Exposición e visionado dun powerpoint. 3- Realización dunha piramide alimentaria. 4- Debate e aclaración de dúbidas.</p>	 <p style="text-align: center;"><i>Pirámide Alimenticia</i></p> <p style="text-align: center;">Dulces (pequeña cantidade) Grasas y Aceites (usar pouco)</p> <p style="text-align: center;">Leche, Yogurt, y Queso (2 a 3 porc.) Carne, Pollo, Frijoles Secos, Huevos y Nueces (2 a 3 porc.)</p> <p style="text-align: center;">Verduras (3 a 5 porc.) Frutas (2 a 4 porc.)</p> <p style="text-align: center;">Pan, Cereal, Arroz y Pasta (6 a 11 porc.)</p>	30´
FINAL/VOLTA A CALMA	Gráfico	Tempo
<p>Extraer conclusións e elaboración dun cadro-resumo.</p>		15´
MEDIOS/LUGAR		
Aula TIC		
OBSERVACIÓNS		

Educación Física	CURSO: 5º primaria
U. DIDÁCTICA: Alimentación e hixiene	SESIÓN: 2
OBXECTIVOS/CONTIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir conceptos novos expostos por un especialista en nutrición. - Coñecer os alimentos que máis nos conveñen para a nosa saúde. 	

PARTE INICIAL/QUENTAMENTO	Gráfico	Tempo
1- Normas sobre a exposición.		5'
PARTE PRINCIPAL	Gráfico	Tempo
2- Charla dun nutricionista sobre a alimentación e as posibles enfermidades que podemos sufrir. 3- Rolda de preguntas e dúbidas.		40'
FINAL/VOLTA A CALMA	Gráfico	Tempo
5- Conclusións e elaboración dun cadro-resumo.		10'
MEDIOS/LUGAR		
Aula TIC		
OBSERVACIÓNS		

Educación Física	CURSO: 5º primaria
U. DIDÁCTICA: Alimentación e hixiene	SESIÓN: 3
OBXECTIVOS/CONTIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Afianzar conceptos tratados en sesións anteriores. - Saber clasificar os diferentes tipos de alimentos. - Cooperar na realización de murais. 	

PARTE INICIAL/QUENTAMENTO	Gráfico	Tempo
1- Formación de grupos.		5´
PARTE PRINCIPAL	Gráfico	Tempo
2- Elaboración de murais por grupos tratando os temas das exposicións anteriores donde se reflecta o aprendido: <ul style="list-style-type: none"> . Auga . Hidratos de carbono . Proteinas . Grasas . Vitaminas e minerais . Enfermidades relacionadas coa alimentación. 		45´
FINAL/VOLTA A CALMA	Gráfico	Tempo
3- Recoller e deixar limpa e ordenada a aula.		10´
MEDIOS/LUGAR		
Aula TIC		
OBSERVACIÓNS		
Os murais en caso de non rematalos continuaranse en colaboración coa mestra de Plástica.		