

TÍTOL: ALIMENTACIÓ I SALUT		NIVELL: SEGON	CURS: 2013-14
TEMPORITZACIÓ: PRIMER TRIMESTRE			
ÀREES IMPLICADES: CONEIXEMENT DEL MEDI NATURAL I SOCIAL, LLENGUA CATALANA I MATEMÀTIQUES.			
OBJECTIUS		CONTINGUTS	
1. Millorar en els diferents hàbits de salut i de higiene, realitzar-los de manera més conscient. 2. Diferenciar els aliments més saludables de la resta. 3. Considerar que l'organisme necessita una alimentació variada i equilibrada. 4. Relacionar alguns aliments segons l'origen. 5. Mostrar-se observador en "com" i "on" al nostre entorn, es troben els aliments: organització de la nevera, botigues etc. 6. Iniciar-se en la pràctica de pagar i tornar canvi. 7. Adquirir idea de pes a partir de la unitat de mesura Kg. 8. Reconeixer cossos geomètrics partint de la manipulació de capsos, llaunes i altres embolcalls alimentaris. 10. Adonar-se que per aconseguir un cuinar un plat cal organitzar-se. 11. Valorar la funció nutritiva dels aliments. 12. Vivenciar i prendre confiança amb els professionals que treballen per a la nostra salut: el dentista. 13. Relacionar el creixement amb la caiguda i canvis de les dents. 14. Respectar el torn de paraula, opinions i col·laborar amb els companys en el treball. 15. Valorar i tenir cura de l'entorn natural i social.		1. La salut i els hàbits saludables. (5 MEDI) 2. Els menús habituals i els equilibrats. (8 MEDI) 3. La piràmide alimentària. (12, 1 MEDI) 4. Origen dels aliments i els derivats. (12 MEDI) 5. El mercat: un servei públic. (16 MEDI) 6. Els euros: El preu dels aliments al mercat i al súper (Catàlegs). (7 MATES) 7. Unitats de mesura de pes: gram i quilogram. (52 MATES) 8. Cossos geomètrics: prismes, cilindres... (48 MATES) 9. Conservació i caducitat dels aliments: la nevera... (30 MEDI) 10. La recepta de cuina: ingredients, estris i procés.(15 CAT) 11. Funció nutritiva dels aliments: constructors, reguladors i energètics. (5, 12, 27, MEDI) 12. L'ofici de dentista, material d'ús i instal·lacions. 13. Dents de llet i dentadura adulta. (10, 11 MEDI) i Higiene i conservació de les dents. (13, 15 MEDI) 14. Actituds i habilitats socials i cooperatives. (3 MEDI) 15. Actituds de respecte envers l'entorn. (+28 CAT)	
COMPETÈNCIES BÀSIQUES		CRITERIS AVALUACIÓ	
Comunicativa, lingüística i audiovisual Cultural i artística Matemàtica Digital Aprendre a aprendre Autonomia i iniciativa personal Coneixement i interacció món físic Social i ciutadana		• Valorar les formes d'expressió: oral, escrita i matemàtica. • Col·laborar a l'hora de portar informació i materials relacionats amb el projecte. • Valorar la col·laboració amb els companys en les activitats. • Valorar l'esforç individual. • Valorar la curiositat i el saber estar a les	

	• experiències compartides fora del centre. • Tenir cura de l'organització i presentació dels treballs realitzats. • Valorar els resultats o conclusions a les fitxes elaborades i activitats.
--	--

SEQUÈNCIA D'ACTIVITATS / TEMPORALITZACIÓ	AGRUPAMENT I PG GG	ACTIV AVALUACIÓ
0. Prèviament a l'inici del projecte i sense haver-los avançat res, els donem una graella on han d'anar emplenant tot el que mengen en els diferents àpats que hi ha al llarg del dia durant una setmana. (Annex 1) 1. A partir de les següents dues preguntes, fem un debat: - És important cuidar el nostre cos? - Què creus que hem de fer per cuidar-lo? Anem escrivint a la PDI tot el que va sortint i acabem agrupant la informació en 5 grans grups: ALIMENTACIÓ, HIGIENE, DESCANS, ACTIVITAT FÍSICA I CONTROL EMOCIONAL. 1.1 Quantificar individualment els bons hàbits i comparar amb un model. Arribar a la conclusió conjunta de què podem millorar. 1.2 Escriure entre tots (mural) un decàleg dels hàbits saludables a l'escola. 1.3 Valorar els nostres costums en altres entorns: a la piscina i vestidors. 2. Fem el dictat d'un text que inclou els continguts dels 5 apartats que treballarem al llarg del projecte. (Annex 2) 3. Iniciem l'apartat de l'ALIMENTACIÓ mirant el conte "<i>El banquet imaginari</i>" i n'extraïem conclusions. Parlem de la importància d'alimentar-se d'una manera	GG GG GG Individual GG	Avaluació inicial: Què en sabem? Avaluació sumativa : -Treball individual -Aportació al treball de petit grup i gran grup. Avaluació final: Què hem après?

correcte per mantenir una bona salut. http://www.edu3.cat/Edu3tv/Fitxa?p_id=37551 3.1. Llegim i comentem els poemes de Martí i Pol “Bon Profit” 3.2. Llegim un text que explica com ajuda cada aliment al nostre cos. Separem els aliments en: ENERGÈTICS, CONSTRUCTORS I REGULADORS. Hi ha unes preguntes de comprensió i classificació segons la funció dels aliments. (Annex 3) 3.3. Els donem un text gràfic amb informació sobre quin tipus d'aliments mengen alguns nens. Han d'interpretar-lo i contestar unes preguntes de comprensió. (Annex 4) 3.4. Els demanem que portin fulletons de supermercat. Retallem menjars a la classe i els classifiquem en 7 grups: LA RODA DELS ALIMENTS (llet i derivats / carn, peix, ous / patates, llegums i fruits secs / verdures i hortalisses / fruita / pa, pasta, cereals / greix, oli, mantega. Els enganxem en una Roda gegant a la classe. A continuació els donem una fitxa amb un llistat d'aliments que han de col·locar al grup corresponent dins de la roda. (Annex 5) 3.5. Els preguntem: en quines quantitats s'ha de menjar cada aliment? En parlem i observem LA PIRÀMIDE DELS ALIMENTS. En traiem conclusions. Els donem imatges d'aliments i els han d'enganxar en una piràmide. (Annexos 6 i 7) 3.6. Recuperem la graella que havien emplenat amb la seva alimentació al llarg d'una setmana i observem si tenen o no una bona alimentació i per què. Marquem cada tipus d'aliment d'un color per diferenciar-los i els recollim en una graella. Un cop feta, s'adonen de si mengen correctament o no, si mengen de tot o no, en quina freqüència... (Annex 8) 3.7. Els donem imatges d'aliments i han d'elaborar un menú diari saludable (esmorzar, dinar, berenar i sopar) (Annex 9) 3.8. Ens preguntem d'on vénen els aliments? Els classifiquem segons són d'origen animal o vegetal i els relacionem amb els seus derivats. Fem una activitat a l'ordinador http://espaiescoles.farmaceuticonline.com/ca/8-12-anys/506-origen-dels-aliments	PG Parelles PG GG Individual Individual / parelles Parelles Individual	
---	--	--

3.9 Donat un plat preparat han de deduir el procés invers, fins arribar a l'origen del producte. (Annex 10)	GG/ Individual	
3.10. Observem un power point amb imatges sobre bons hàbits a la taula i en parlem. Seguidament han d'omplir una fitxa on hi ha diferents imatges i han d'escriure: menja correctament perquè.... o no menja correctament perquè... (Annexos 11 i 12)	GG / PG	
3.11. Visita al Mercat Municipal: prendre nota de les diferents parades i fer llistes d'aliments frescos i de preus.	Individual / PG	
3.12. Resoldre problemes de compra-venda segons la llista de preus dels mercat o amb retalls de catàlegs del súper. Calcular totals i tornar canvi.	PG	
3.13. Portar de casa productes envasats per fer-ne la lectura d'etiquetes, sospesar i comparar les quantitats i pesos.	PG	
3.14. Fer ús del material didàctic del cicle de muntar les plantilles de cossos geomètrics.	PG	
3.15. Fer ús d'envasos buits per relacionar la seva forma amb la geometria. Muntar i desmuntar cossos geomètrics: el prisma de les capsas, el cilindre dels pots de fruita...	PG	
3.16. Organitzar els aliments dins de la nevera i/o rebost segons el criteri de conservació caducitat, amb cartrons, caixes, brics, pots, llaunes...	PG	
3.17. Donada una recepta (ingredients, estris i procés) fer-la entre tots: pizza, galetes, pinxos de fruita o galetes.	PG	
4. Iniciem l'apartat d' HIGIENE mantenint una conversa. Què en sabem? Què fa cadascú per tenir una bona higiene...	GG	
4.1. Mirem el conte de "El senyor sabó i el seu super ull". En parlem. http://www.edu365.cat/nobadis/sabo/ .	GG Individual	

4.2. Els donem una descripció que parla sobre un nen que va molt brut on hi ha molts adjectius negatius i han de fer la descripció contrària buscant adjectius que defineixin netedat a partir d'una llistat. (Annexos 13 i 14)	GG / parelles	
4.3. Parlem de com, quan i per què cal dutxar-nos, rentar-nos les dents i rentar-nos el cap. Per parelles i a l'ordinador trobaran 2 links que els donaran informació sobre higiene dental i els polls. Hauran de contestar unes preguntes de comprensió. (Annexos 15 i 16)		
http://espaiescoles.farmaceuticonline.com/ca/6-8-anys/453-higiene-bucal http://espaiescoles.farmaceuticonline.com/ca/6-8-anys/452-piojos	GG/PG	
4.4. Visita a una clínica dental. Veure les instal·lacions, equipament i aparells. Participar i estar atent a la simulació. Escoltar els consells d'higiene del dentista.	Individual	
4.5. Recordar i recollir per escrit la informació de la visita al dentista. Dibuixar o acompanyar de foto.	PG	
4.6. Fer la mossegada a una poma o altra fruita per tenir una mostra de la pròpia dentadura i comparar-la amb els companys.	GG/ Individual	
5. Parlem sobre el DESCANS. Llegim un text que ens portarà a un diàleg sobre la importància de descansar i què cal fer per descansar adequadament.	GG	
5.1. Problemes matemàtics entorn de les hores necessàries per dormir amb l'objectiu d'entendre el rellotge (hora en punt, quarts i mitja hora) (Annex 17)	GG	
6. Parlem sobre la importància de fer ACTIVITAT FÍSICA. En parlem i observem a través de la PDI la piràmide de l'activitat física.	GG	
6.1. Anotem a la pissarra quin esport o activitat física fa cadascú i passem tota la informació en una graella de doble entrada. A continuació observem quina és l'activitat més habitual, qui fa més d'un esport, qui no en fa cap... (Annex 18)	GG Individual	
	GG	

7. Parlem sobre les EMOCTIONS. Quines emocions tenim? Amb quines ens sentim millor o pitjor? Com les podem controlar? 7.1. Fem un recull de sentiments i emocions personals positives i negatives.	Individual	
Activitats de reforç: Realització d'activitats preparades en el bloc de projectes. http://blocs.xtec.cat/classedesecon/		

EDUCACIÓ INCLUSIVA: tenint en compte que a l'aula hi ha diferents ritmes i nivells d'aprenentatge, qualsevol de les activitats proposades es pot adaptar de manera que a cada alumne hi treballa en funció de les seves capacitats. Moltes de les activitats, tot i que d'entrada s'introdueixen i s'expliquen en gran grup, estan pensades perquè puguin treballar en parelles o petit grup, de manera que entre tots han d'aconseguir l'objectiu final. En forces ocasions, al treballar per projectes, hi ha un suport a l'aula.