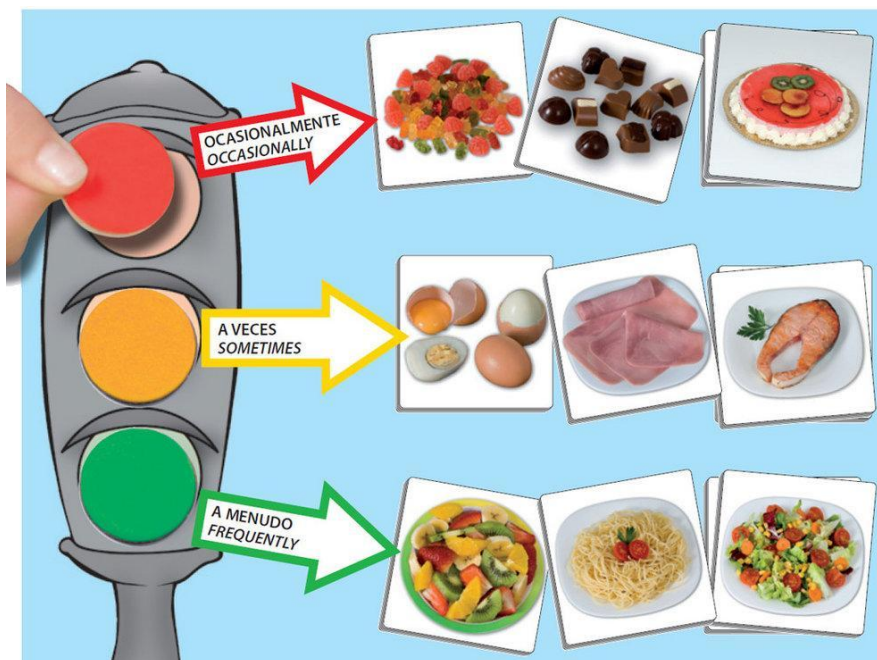


# El semáforo de los alimentos

<b>1</b>	<b>Objetivos principales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprender las diferentes propiedades de los alimentos</li> <li>● Descubrir los nutrientes y efectos en la salud</li> <li>● Entender las diferencias entre alimentos naturales y alimentos procesados</li> <li>● Desarrollar las habilidades de clasificar los alimentos según sus propiedades</li> <li>● Reforzar la comprensión de los valores ecológicos y económicos del cultivo de verduras y hortalizas</li> <li>● Construir una actitud de responsabilidad por el entorno natural</li> </ul>
<b>2</b>	<b>Vocabulario – Palabras claves</b> Alimentos naturales, alimentos procesados, verduras, frutas, hortalizas, huevos, carne, pescado, cereales, harinas, dulces, grasas, zumos, vitaminas, minerales, proteínas, agua, etc.
<b>3</b>	<b>Habilidades de sostenibilidad desarrolladas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pensamiento sistémico</li> <li>● Pensamiento crítico</li> </ul>
<b>4</b>	<b>Pilares de sostenibilidad incluidos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ecológico</li> <li>● Social</li> </ul>
<b>5</b>	<b>Dominios STEAM</b> Ciencia, Matemáticas y Arte
<b>6</b>	<b>Metodologías docentes / esquema de actividades</b> <b>Actividad 1:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Comenzar con la proyección del vídeo “Alimentación saludable para niños con Groovy el Marciano”. Aprovechar este vídeo para ir explicando las diferentes propiedades de los alimentos, aquellos que deben consumirse con más frecuencia o con menos, las consecuencias para la salud: crecer fuertes y sanos, alimentos naturales, alimentos procesados, alimentos de origen vegetal, de origen animal. etc. (En inglés se puede usar alternativamente el vídeo: “traffic light food”)</li> </ol>



2. Crear un semáforo con cartulina e imprimir imágenes de diferentes alimentos, recortarlas y plastificarlas. Clasificar esos alimentos y agruparlos en los tres colores del semáforo.



**Actividad 2:**

1. Proyectar el vídeo: “¿Cómo nace y crece una planta?” y aprovechar la proyección para trabajar las implicaciones ecológicas y económicas de cultivar los alimentos de origen vegetal.
2. Indicarles a los niños que dibujen un huerto o jardín y que en él coloquen las verduras y hortalizas que más les gusten.

## 7 Resultados de aprendizaje esperados

**El niño será capaz de**

- Explicar las propiedades de los alimentos
- Diferenciar los nutrientes
- Explicar las diferencias entre alimentos naturales y procesados
- Clasificar los alimentos según sus propiedades
- Clasificar los alimentos según su origen

## 8 Evaluación

Inicial: hacer preguntas a los niños para descubrir cuáles son sus conocimientos sobre el tema.

Formativa: observar con una tabla o rúbrica

Final: evaluar a través de un ejercicio o tarea individual



9	<p>Equipos y materiales que se utilizarán en la unidad de aprendizaje (herramientas, ingredientes, etc.)</p> <p>Cartulinas, fotografías o imágenes plastificadas de los distintos alimentos, velcro.</p>
10	<p>Tipo de entorno: laboratorio, cocina, exterior, etc.</p> <p>Interior: aula con proyector.</p>
11	<p>Referencias – fuente:</p> <p>Vídeo 1: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mUwrlz3-4aw&amp;t=31s">https://www.youtube.com/watch?v=mUwrlz3-4aw&amp;t=31s</a>          Alternativa en inglés: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=w82HFvs9z-Y">https://www.youtube.com/watch?v=w82HFvs9z-Y</a>          Vídeo 2: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gQ5y5gT-Wbc&amp;t=14s">https://www.youtube.com/watch?v=gQ5y5gT-Wbc&amp;t=14s</a>          Alternativa en inglés: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gQ5y5gT-Wbc">https://www.youtube.com/watch?v=gQ5y5gT-Wbc</a></p>

Autoras del itinerario de aprendizaje: Elisabet Ruiz Rodríguez, Elsa Pino Gracias, Mar Collet García y Judith Moreno Casado



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.