

Fem la compra i cuinem!

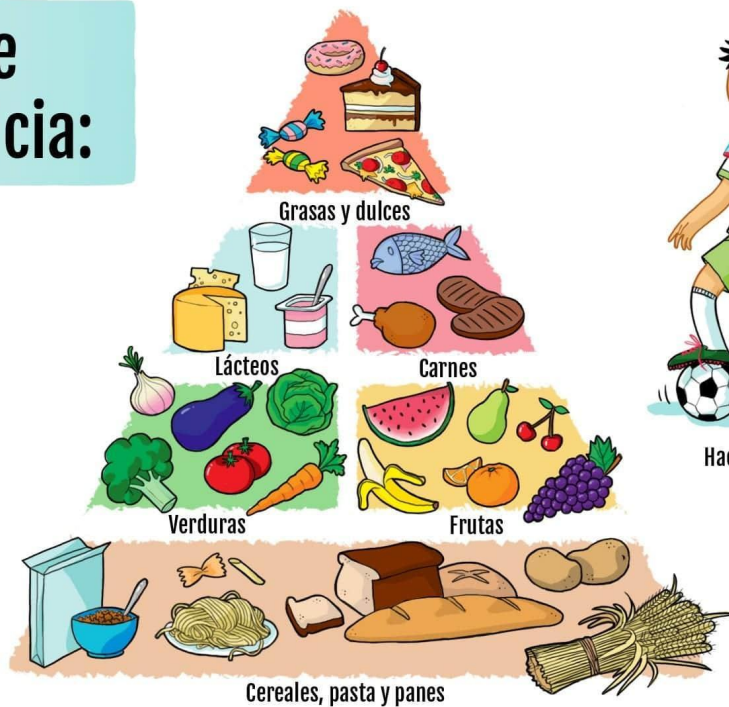
1	Objectius principals <ul style="list-style-type: none"> ● Comprendre les diferents propietats dels aliments ● Descobrir els nutrients i efectes en la salut ● Entendre les diferències entre aliments naturals i aliments processats ● Desenvolupar les habilitats de classificar els aliments segons les seves propietats ● Construir una actitud de responsabilitat amb els diners i la forma de gastar-lo
2	Vocabulari – Paraules claus Aliments saludables, menú saludable, nutrients, aliments naturals, aliments processats, sucre, greix, hidrats, vitamines, minerals, pressupost, despesa, economia, etc.
3	Habilitats de sostenibilitat desenvolupades <ul style="list-style-type: none"> ● Pensament sistèmic ● Pensament crític
4	Pilars de sostenibilitat inclosos <ul style="list-style-type: none"> ● Econòmic ● Social
5	Dominis STEAM Ciència, Matemàtiques
6	Metodologies docents / esquema d'activitats Activitat introductòria (tutora): Ajudada per una imatge (o vídeo) de la piràmide dels aliments, la tutora explica els diferents grups d'aliments i les propietats nutricionals d'aquests, emfatitzant en els requeriments més importants dels nens perquè aquests gaudeixin d'una salut òptima.



Pirámide Alimenticia:



Beber mucha agua



Hacer deporte

Activitat 1 (fem la compra):

1. Es reparteix una quantitat de diners (fals) per grups.
2. Es creen espais que simulin els taulells de la carnisseria, fruiteria, fleca, etc. i es reparteixen rols entre els infants.
3. A cada grup se li indica que faci la compra amb els diners que se'ls ha donat per crear el menú que més els agradi.

Activitat 2 (creem el menú):

1. Cada grup crea els plats del menú amb els aliments que ha comprat
2. Presenten el menú a la resta dels seus companys

Activitat final:

La tutora reflexiona amb els nens sobre quins han estat els plats més saludables i quins han estat els menys.

7

Resultats d'aprenentatge esperats

El nen serà capaç de

- Explicar les propietats dels aliments
- Diferenciar els nutrients
- Explicar les diferències entre aliments naturals i processats
- Classificar els aliments segons les seves propietats
- Classificar els aliments segons el seu origen
- Apreciar el valor dels diners



8	<p>Avaluació</p> <p>Inicial: fer preguntes als nens per descobrir quins són els seus coneixements previs sobre el tema. Formativa: observar amb una taula o rúbrica Final: avaluar a través d'un exercici o tasca individual</p>
9	<p>Equips i materials que s'utilitzaran en la unitat d'aprenentatge (eines, ingredients, etc.)</p> <p>Diners de joguina (ben comprat o creat per ells mateixos), aliments, carretó de la compra, plats i un altre tipus de material de cuina, tot això de joguina (material adequat per a la manipulació dels nens).</p>
10	<p>Tipus d'entorn: laboratori, cuina, exterior, etc.</p> <p>Interior o exterior</p>
11	<p>Referències – font:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=tsgyWlsYvxs</p>

Autores de l'itinerari d'aprenentatge: 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.