

¡Hacemos la compra y cocinamos!

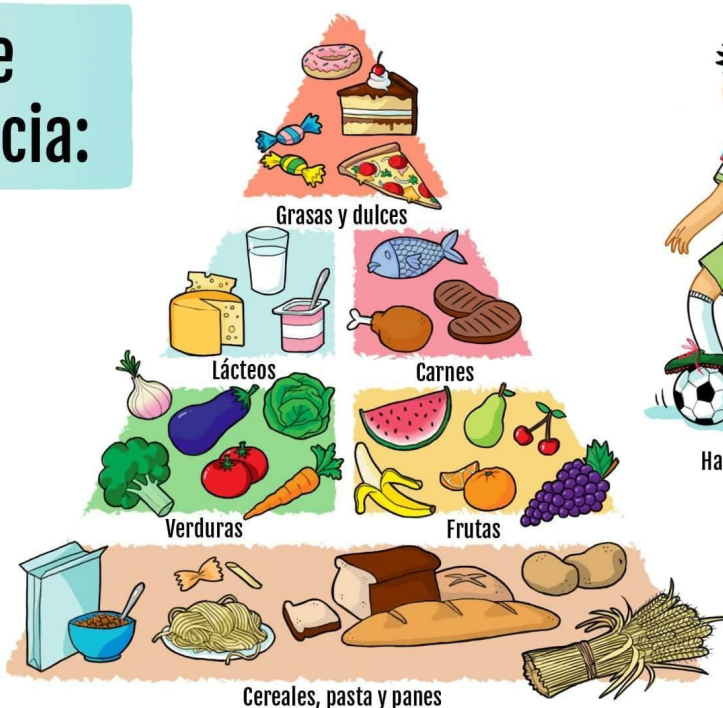
1	<h2>Objetivos principales</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Comprender las diferentes propiedades de los alimentos • Descubrir los nutrientes y efectos en la salud • Entender las diferencias entre alimentos naturales y alimentos procesados • Desarrollar las habilidades de clasificar los alimentos según sus propiedades • Construir una actitud de responsabilidad con el dinero y la forma de gastarlo
2	<h2>Vocabulario – Palabras claves</h2> <p>Alimentos saludables, menú saludable, nutrientes, alimentos naturales, alimentos procesados, azúcar, grasa, hidratos, vitaminas, minerales, presupuesto, gasto, economía, etc.</p>
3	<h2>Habilidades de sostenibilidad desarrolladas</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Pensamiento sistémico • Pensamiento crítico
4	<h2>Pilares de sostenibilidad incluidos</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Económico • Social
5	<h2>Dominios STEAM</h2> <p>Ciencia, Matemáticas</p>
6	<h2>Metodologías docentes / esquema de actividades</h2> <p>Actividad introductoria (tutora): Ayudada por una imagen (o video) de la pirámide de los alimentos, la tutora explica los distintos grupos de alimentos y las propiedades nutricionales de los mismos, enfatizando en los requerimientos más importantes de los niños para que estos gocen de una salud óptima.</p>



Pirámide Alimenticia:



Beber mucha agua



Hacer deporte

Actividad 1 (hacemos la compra):

1. Se reparte una cantidad de dinero (falso) por grupos.
2. Se crean espacios que simulen los mostradores de la carnicería, frutería, panadería, etc. y se reparten roles entre los niños.
3. A cada grupo se le indica que haga la compra con el dinero que se les ha dado para crear el menú que más les guste.

Actividad 2 (creamos el menú):

1. Cada grupo crea los platos del menú con los alimentos que ha comprado
2. Presentan el menú al resto de sus compañeros

Actividad final:

La tutora reflexiona con los niños acerca de cuáles han sido los platos más saludables y cuáles han sido los menos.

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
- Apreciar el valor del dinero



8	<p>Evaluación</p> <p>Inicial: hacer preguntas a los niños para descubrir cuáles son sus conocimientos previos sobre el tema. Formativa: observar con una tabla o rúbrica Final: evaluar a través de un ejercicio o tarea individual</p>
9	<p>Equipos y materiales que se utilizarán en la unidad de aprendizaje (herramientas, ingredientes, etc.)</p> <p>Dinero de juguete (bien comprado o creado por ellos mismos), alimentos, carrito de la compra, platos y otro tipo de material de cocina, todo ello de juguete (material adecuado para la manipulación de los niños).</p>
10	<p>Tipo de entorno: laboratorio, cocina, exterior, etc.</p> <p>Interior o exterior</p>
11	<p>Referencias – fuente:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=tsgyWlsYvxs</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.