

OBJETIVOS

- Conocer las prácticas saludables tanto de alimentación como de ejercicio de los alumnos mediante la realización de un boceto de su día a día para desarrollar su pensamiento crítico a la hora de autoevaluarse.
- Descubrir la jerarquía de alimentos en la pirámide alimenticia mediante la realización de actividades interactivas en formato digital para que el alumnado sea consciente de los alimentos adecuados que deben consumir en su dieta diaria.
- Aplicar el saber profesional del ejercicio saludable a los conocimientos previos a través de una charla de una profesional del deporte para reconocer la importancia y funcionalidad que tienen dichas prácticas tanto fuera como dentro del aula (aprendizaje significativo).
- Crear un modelo de alimentación saludable para el colegio y su vida diaria mediante el aprendizaje paulatino en el MI para reflexionar sobre cómo mejorar su alimentación.
- Potenciar la capacidad solidaria del alumnado y la importancia de alimentarse recogiendo alimentos para donarlos a una ONG.