



Desarrollo de una tarea compleja: “UN MENÚ SALUDABLE”

Identificación de la Unidad Didáctica

Título: Menú saludable

Etapa, Ciclo y Nivel: 6º de E. Primaria 3º ciclo

Competencias básicas: C AI y Conocimiento del medio físico y social.

Breve descripción del contexto: Con motivo de la inauguración del comedor escolar, y siguiendo en el área de conocimiento el tema de la nutrición, les hemos pedido a los alumnos de 6º de E. Primaria que elaboren un menú saludable semanal para el comedor. Deben hacerlo sólo de la comida y pueden presentarlo bien en formato papel o bien en digital por grupos. Después deben hacer una exposición del mismo. Y, por último, se elegirá el más saludable.

Concreción Curricular

Criterios de evaluación:

3. Identifica y localiza los principales órganos implicados en la realización de las funciones vitales del cuerpo humano, estableciendo algunas relaciones fundamentales entre ellos y determinados hábitos de salud.

10. Presenta un informe, utilizando soporte papel y digital, sobre problemas o situaciones sencillas, recogiendo información de diferentes fuentes, estableciendo un plan de trabajo y expresando conclusiones.

Objetivos de área:

2. Comportarse de acuerdo con los hábitos de salud y cuidado personal que se derivan del conocimiento del cuerpo humano, mostrando una actitud de aceptación y respeto por las diferencias individuales (lugar de origen, edad, sexo, características físicas, personalidad).

10. Interpretar, expresar y representar hechos, conceptos y procesos del medio natural, social y cultural mediante códigos numéricos, gráficos, cartográficos y otros.

Contenidos:

Bloque 3. La salud y el desarrollo personal

1. El funcionamiento del cuerpo humano. Anatomía y fisiología. Aparatos y sistemas.

2. La nutrición (aparatos respiratorio, digestivo, circulatorio y excretor).

6. Desarrollo de estilos de vida saludables. Reflexión sobre el cuidado y mantenimiento de los diferentes órganos y aparatos.

5. Elaboración de un informe como técnica para el registro de un plan de trabajo, comunicación oral y escrita de conclusiones utilizando diferentes soportes, incluido el digital.

Transposición Curricular**Tarea:** Aprender a elaborar un menú saludable.

<u>Actividades y Ejercicios:</u>	<u>Modo de pensar</u>	<u>Metodología</u>
➤ Reflexiona sobre los propios hábitos alimenticios.	➤ Reflexivo	➤ Enseñanza no directiva.
➤ Elabora una pirámide propia de su alimentación diaria.	➤ Lógico	➤ Organizadores previos.
➤ Elabora una tabla de alimentos sanos y menos sanos.	➤ Deliberativo	➤ Organizadores previos.
➤ Clasifica los alimentos por grupos.	➤ Analítico.	
➤ Trae diferentes envases de alimentos.	➤ Práctico.	
➤ Clasificarlos en cajas de grupos diferentes.	➤ Analítico.	
➤ Análisis del menú del centro.	➤ Crítico.	
➤ Determinar la frecuencia de consumo de alimentos.	➤ Analítico. ➤ Deliberativo.	
➤ Elaborar una pirámide	➤ Analítico Creativo.	➤ Investigación grupal.
➤ Busca alimentos en un catálogo.	➤ Práctico.	
➤ Recorta y pega los alimentos.	➤ Práctico.	
➤ Comparar ambas pirámides.	➤ Analógico.	➤ Investigación grupal.
➤ Buscar alimentos que tengan una cantidad similar de nutrientes.	➤ Analógico.	➤ Indagación científica.
➤ Elaboración del menú.	➤ Creativo.	➤ Investigación grupal.
➤ Exposición razonada de los menús de los distintos grupos.	➤ Lógico.	➤ Investigación grupal.
➤ Elegir el menú más saludable	➤ Deliberativo.	➤ Investigación grupal.

Escenarios(s): Aula de clase, casa.

Metodologías predominantes: Investigación grupal.

Temporalización: dos semanas.

Valoración de lo aprendido

Rúbrica de evaluación:	Niveles de logros		
Indicadores:	NB- SB	BN- SUF	INSUF
1. Establece y determina hábitos de salud. Instrumentos de Información: ➤ El Menú	Dieta equilibrada	Dieta incompleta	Dieta no equilibrada
2. Presenta un informe, con diferentes soportes (papel o digital), sobre problemas o situaciones sencillas, recogiendo información de diferentes fuentes (libros, internet...) Instrumentos de Información: ➤ Registro de observación directa y sistemática.	Lo presenta de forma clara, concisa y ordenada.	Lo presenta poco clara, concisa y ordenada.	Lo presenta de manera confusa.