



Programa La nevera. Para refrescar las ideas...



UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE ALIMENTACION PARA ALUMNOS DE 2º DE ESO



Selección de material y elaboración de la Unidad:

Francesca Abate – Enfermera experta en alimentación y colaboradora de La Nevera.
Cristian Figueredo – Coordinador Programa La Nevera

Programa La Nevera – Concejalía de Juventud – Centro 14
C/Labradores 14, Alicante. - 965 149 666 – lanevera@alicante-ayto.es



I. PRIMERA SESIÓN: (PROFES@R)

Materiales necesarios para el desarrollo de la actividad:

1. Ordenador, pantalla y sonido. (conexión a internet)

Lugar de la actividad: en el aula.

Objetivos de la Actividad:

- Identificar las características de la comida basura.
- Que las/los alumnas/os reflexionen sobre la importancia de una alimentación saludable.
- Que las/os alumnas/os identifiquen las consecuencias de la comida basura.

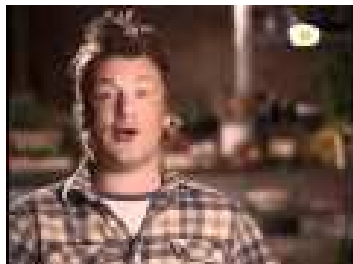
Inicio de la sesión:

I.1 Presentación del Taller y de la actividad. (5')

II.2. **LA MALA ALIMENTACIÓN** (40')

Desarrollo de la sesión:

Actividad:



<http://www.youtube.com/watch?v=XLbJOVRO5fM>

- Proyección del video "Mala Alimentación" de Jemima Oliver TEDx
- El profesor proyectará el video propuesto.
- Al termine de la proyección el profesor estimulará el debate entre las/los alumnas/os para que reflexionen sobre el tema de la mala alimentación y sus implicaciones sobre la salud.

Cierre de la sesión:

El profesor deberá hacer un cierre nombrando las principales enfermedades relacionadas con las malas alimentación.



II. SEGUNDA SESIÓN: (MONIT@R)

IMPORTANTE: EN TODAS LAS ACTIVIDADES SOLICITAMOS LA PRESENCIA DEL TUTOR/PROFESOR.

Materiales necesarios para el desarrollo de la actividad:

1. Cajas y etiquetas de productos comunes.
2. Pizarra y tiza.
3. Folios, bolígrafos, rotuladores, tijeras.

Lugar de la actividad: en el aula.

Objetivos de la Actividad:

- Aprender a leer las etiquetas.
- Que las/los alumnas/os reflexionen sobre la importancia de una alimentación saludable.
- Que las/los alumnas/os puedan identificar los alimentos procesados.

Inicio de la sesión:

I.1 Presentación del Taller y de la actividad. (5')

II.2. **ETIQUETAS** (35')

Desarrollo de la sesión:

- Se dividirán los alumnos en dos grupos. Cada grupo deberá identificar los elementos que se encuentran en las etiquetas y escribirlos a turno, en la pizarra.
- El monitor ayudará los alumnos en el caso de que lo necesites para explicarles la función de cada elemento.
- Al final todos juntos se identificarán elemento que no están en las etiquetas y deberían estar para que el consumidor pueda entender más fácilmente si es un alimento saludable o no.

Cierre de la sesión:

El monitor deberá hacer un cierre de la actividad poniendo el acento sobre la importancia de leer las etiquetas a la hora de comprar comida.



III. TERCERA SESIÓN: (PROFES@R)

Materiales necesarios para el desarrollo de la actividad:

1. Pantalla, ordenador y sonido (conexión a Internet)

Lugar de la actividad: en el aula o aula de usos múltiples.

Objetivos de la Actividad:

- Que las/los alumnas/os reflexionen más sobre su propia alimentación.
- Que las/los alumnas/os relacionen directamente su alimentación con su estado de salud.

Inicio de la sesión:

Presentación de la Actividad (5')

El profesor explicará en que consistirá el Actividad.

Desarrollo de la sesión:

I. Proyección del video **"La obesidad como epidemia"** . (25')



<http://www.youtube.com/watch?v=pAOrbBtbbuo>

- Proyección del video **"La Obesidad como epidemia"**.
- Se abre un debate sobre el video expuesto viendo las opiniones de los alumnos.

Cierre de la sesión:

El profesor deberá hacer un cierre de la Actividad poniendo el acento sobre la importancia de una buena alimentación para mantenerse sanos y prevenir la obesidad.