

**Conocimiento e interacción con el mundo físico-natural**

Nuestra salud, hábitos saludables (ejercicio físico-alimentación), prevención y tratamiento de enfermedades (obesidad-anorexia). La nutrición, el aparato digestivo, pirámide alimenticia, desayuno saludable.

**Social y Ciudadana**

Alimentos saludables, el ejercicio físico, normas de higiene. Charlas.

**Cultural y Artística**

Alimentación en diferentes culturas, países..., visitas a fábricas para ver cómo se elabora el pan, el queso, la miel ...  
, Pintar o hacer collage de bodegones

**LA ALIMENTACIÓN**

**Tratamiento de la Información y digital**

Una receta vista en diferentes medios de comunicación (escrita, radio, televisión), juegos que hagan reflexionar sobre la buena alimentación, elaboración de tablas, cuadros o carteles sobre hábitos de higiene y alimentación.

**Aprender a aprender**

Elaborar menús saludables para una semana, hacer una receta de cocina sencilla

**Iniciativa y autonomía personal**

Saber qué pasos debo seguir y en qué orden para hacer una receta.  
Corregir mis hábitos de higiene, pensar cuáles son los alimentos que más me gustan y cuales no y reflexionar si son adecuados .  
Pensar qué pasaría si no hiciese ejercicio físico, o si dejo de comer, o si como demasiada comida rápida...

**Lingüística**

Trabajar el texto expositivo y el instructivo, libros de recetas de cocina, revistas, elaborar una receta de cocina, escribir una historia en la que un alimento sea el protagonista, hacer un teatro...

**Matemática**

Los números en una receta de cocina, en un folleto de supermercado, tiendas, precios...  
Interpretar o realizar tablas de alimentación, leer los envases de los productos. Las unidades de peso, medida, capacidad... Los cuerpos geométricos.

## Título: La importancia de la leche en nuestra dieta.

Nivel: 4º de Educación Primaria

TAREA	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS							
		1	2	3	4	5	6	7	8
La importancia de la leche en nuestra dieta	<p>1. Gracias a la técnica de las ruedas lógicas haremos una introducción para hablar de la leche.</p> <p>Identificar: La leche</p> <p>Comparar: Podemos encontrar leche de todo tipo: desnatada, semidesnatada, entera, sin lactosa, de soja... Se diferencian porque unas tienen más grasa que otras o porque cambia uno de sus componentes. ( Sin lactosa, soja, calcio, omega 3...)</p> <p>Establecer Relaciones: Es importante tomar leche porque nos aporta calcio. Esta sustancia es muy importante para nuestros huesos. Hace que éstos estén fuertes y crezcan; de esa forma nuestra estatura cambia, y no se nos rompen los huesos fácilmente.</p> <p>Argumentamos: Por eso es importante que tomemos todos los días leche . Nos ayuda a crecer y a estar fuertes.</p>								
	<p>2. Los alumnos deben tomar nota del tipo de leche que bebe cada miembro de su familia en casa y traer una de esas cajas. Hacer grupos de 4 en los que elaboren una lista indicando los diferentes tipos de leche que han traído anotados; señalando quién la toma en la familia (bebé, papá, mamá, abuelos, mis hermanos, yo...). Luego se hará una puesta en común en la que se reflexionará por qué unos y otros les conviene tomar un tipo de leche. Nos fijaremos en los componentes inscritos en el envase y en sus cantidades. (Hablabamos de la salud. Manejaremos números, medidas de capacidad, porcentajes...)</p>								
	<p>3. Visita a una fábrica de envasado de leche. (Por grupos de 4 o 5 deberán tomar fotografías y apuntes de la misma).</p>								
	<p>4. Una vez realizada la visita y con la información recogida, elaborar una presentación PowerPoint; donde expongan, de forma ordenada, lo que han aprendido.</p>								
	<p>5. Taller de cocina. En clase se les dará por escrito una receta de cocina en la el ingrediente básico sea la leche.(Natillas) La receta que se les entrega es para 2 personas. Se organizarán por parejas. En una mesa habrá tres balanzas e ingredientes. Cada pareja deberá medir las cantidades indicadas y calcular los ingredientes para 4 personas. Luego deberán seguir las indicaciones para hacer la mezcla</p>								

**Competencias Básicas:** 1) Comunicación Lingüística, 2) Matemática, 3) Conocimiento e interacción con el mundo físico, 4) Tratamiento de la información, 5) Social y Ciudadana, 6) Cultural y Artística, 7) Aprender a Aprender 8) Autonomía e Iniciativa personal

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Concienciar, promover y formar en la necesidad de integrar en nuestra dieta alimentos saludables como la leche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Participa y saca conclusiones de lo que se expone en procesos comunicativos realizados en clase.</li> <li>•Conoce , expresa y valora las ventajas para la salud de alimentos naturales como la leche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Participa en coloquios sobre los temas tratados y aporta con claridad sus ideas.</li> <li>•Realiza preguntas adecuadas para obtener información.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Fomentar el interés por la búsqueda de información. Saber interpretarla y explicarla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Realiza listados, sabe sintetizar y recoger la información de manera ordenada en un listado o cuadro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Ordena información y sabe organizarla.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Conocer el proceso de elaboración de la leche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Sintetiza de forma clara lo más importante en el proceso de elaboración de la leche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Sintetiza lo más importante del proceso en un PowerPoint.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Calcular la cantidad de cada ingrediente para elaborar una receta para 4 personas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Calcula las proporciones.</li> <li>•Mide correctamente las cantidades con el peso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Elabora con corrección la receta; presentación y gusto.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Fomentar el trabajo en grupo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Participa activamente aportando ideas.</li> <li>•Sabe exponer con claridad su opinión.</li> <li>•Colabora de forma positiva en el grupo. (Emplea el diálogo en actividades de grupo y acepta el punto de vista de las demás personas).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Participa de forma activa en el grupo.</li> <li>•Expresa sus ideas respetando las reglas del intercambio comunicativo.</li> <li>•Muestra una actitud de interés y respeto hacia las aportaciones de las demás personas.</li> <li>•Resuelve los posibles conflictos que puedan surgir en el grupo de forma pacífica y negociada.</li> </ul>

## CONTENIDOS

CONCEPTOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES
<ul style="list-style-type: none"><li>•Operaciones básicas, medidas de peso y capacidad.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Elaboración de una receta para 4 personas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Valorar el gusto por la cocina</li><li>•Fomentar el trabajo por parejas.</li><li>•Interés por utilizar con cuidado diferentes instrumentos de medida.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>•Origen y propiedades de los alimentos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Observación de envases de leche.</li><li>•Visita a una fábrica de envasado.</li><li>•Análisis de la elaboración de la leche desde su origen hasta su consumo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Valorar la intervención humana en la transformación de alimentos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>•El cuidado personal en relación con la alimentación e higiene.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Realización de trabajos en grupo.</li><li>•Participación en diálogos y coloquios.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Adopción de hábitos de limpieza e higiene y de alimentación sana.</li><li>•Valoración crítica de las conductas alimentarias.</li></ul>

## RECURSOS

- Envases de leche.
- Recipientes no convencionales de capacidad: cuchara, vaso...
- Material de cocina.
- Peso o balanza.
- Uso del ordenador para elaborar un PowerPoint.
- Materiales necesarios para la visita; cámara digital, cuaderno de apuntes.

## ¿CÓMO EVALUAR?- Técnicas de Evaluación

### OBSERVACIÓN

- Participación en actividades grupales.
- Actitud. (Turno de palabra, respeto ante las aportaciones de los demás)
- Autonomía.
- Responsabilidad

### PROCESOS COMUNICATIVOS Y DISCUSIÓN GRUPAL

- La aportación de ideas.
- Claridad en la argumentación de ideas.
- El orden secuencial de la exposición.
- El reparto equilibrado de las tareas.

### ANÁLISIS DE TRABAJOS Y DOCUMENTOS.

- Elabora con corrección la receta; presentación y gusto.
- Sintetiza la información recogiendo las ideas más importantes en el PowerPoint.
- Presenta la información ordenada.