



Un menú saludable

Escola Mas Prats - Palafolls

Sílvia Vidal Seefeld

Primària 2n Cicle

Salut i Benestar

Tecnologies Maker

Brodat

Durada

més de 50 hores

Propòsit del projecte

A partir de la tria del nom de la classe —“La classe de Masterchef”— l'alumnat de 4t B va iniciar un projecte global que ha vertebrat tot el curs. S'han treballat tots els sabers del nivell a partir d'aquest fil conductor, adaptant els continguts curriculars a una mirada culinària. L'alumnat ha treballat de manera competencial les diferents àrees desenvolupant hàbits saludables, fent recerca, exposicions orals, tallers i activitats pràctiques.

Pregunta essencial, repte o servei

Com podem elaborar un menú saludable?

Descripció del projecte

S'ha desenvolupat des d'una mirada alimentària. Es va iniciar amb l'estudi de l'alimentació saludable, categories i nutrients, el coneixement de l'aparell digestiu, com elaborar un plat saludable. Després vam iniciar la prehistòria i a les grans civilitzacions amb una mirada en l'alimentació de l'època, i com aquestes van influir en la nostra dieta: la ruta de les espècies, l'intercanvi i la diversitat d'aliments. Això va portar a explorar la península Ibèrica a través dels productes típics de cada regió, treballant-ne l'aspecte físic i polític. Finalment, hem abordat els ecosistemes.

Creació d'obres o productes

S'han elaborat receptes vinculades als continguts curriculars: iogurt en el context prehistòric, hummus i amanida grega per treballar les civilitzacions antigues, i esmorzars saludables en el marc dels hàbits alimentaris. Com a producte final, l'alumnat ha organitzat un TASTET GASTRONÒMIC obert a les famílies, on presenten els aprenentatges adquirits i els contextualitzen, afavorint així la transferència i la projecció social del coneixement.

Reflexió de les persones implicades

El projecte ha generat un gran impacte en l'alumnat: ha augmentat la motivació, la implicació i el sentit de tot allò que han après. El fil conductor de l'alimentació ha permès treballar els sabers del currículum de manera global, vivencial i significativa. L'alumnat ha pres més consciència de la presència del sucre a la majoria d'aliments que mengen. Els infants han après a investigar, experimentar, expressar-se oralment i per escrit, i han desenvolupat hàbits saludables i actituds crítiques vers l'alimentació.



Escola Mas Prats - Palafoells