



Viure saludablement

Escola Pompeu Fabra - Anglès

b7000135@xtec.cat

Primària 2n Cicle

Salut i Benestar

Tecnologies Maker

Tall làser

Durada

entre 25 i 35 hores

Propòsit del projecte

Que l'alumnat prengui consciència dels hàbits de vida saludables i contribueixi a promoure'ls en el seu entorn familiar i escolar.

Pregunta essencial, repte o servei

Què podem fer per tenir una vida més saludable?

Descripció del projecte

Aquest projecte convida el nostre alumnat a descobrir i interioritzar els fonaments d'una vida saludable. L'objectiu principal és que els infants compreguin la importància i els beneficis de l'activitat física regular, una alimentació equilibrada, un descans i higiene adequats, i unes relacions socials sanes. Per això, i com a culminació de tot l'aprenentatge, els mateixos alumnes seran els organitzadors/es d'una jornada esportiva oberta a tota l'escola i les seves famílies. Durant aquesta jornada, ells/es seran els dinamitzadors de les activitats.

Creació d'obres o productes

Per promoure hàbits saludables, els alumnes participaran en activitats vivencials com un taller amb una dietista, una entrevista amb un triatleta i la pràctica d'esports com pàdel i bàsquet. Després, organitzaran una jornada esportiva per a l'escola: seleccionaran jocs, crearan un vídeo divulgatiu, dissenyaran el cartell i construiran un robot que identificarà pràctiques saludables. També faran de dinamitzadors de l'esdeveniment, previst prop del 6 d'abril, Dia Mundial de l'Activitat Física.

Reflexió de les persones implicades

Considerem que hem pogut conscienciar sobre els hàbits saludables de l'alimentació i l'activitat física als alumnes perquè hem pogut reflexionar conjuntament sobre aquestes hàbits, fent activitats molt vivencials i per tant significatives, aconseguint que l'aprenentatge sigui perdurable. Pel que respecta a les famílies, considerem que han pogut implicar-se molt en el projecte, essent participants en la jornada saludable i esportiva, que era el producte final.

