

OBXECTIVOS

- Coñecer a importancia dunha alimentación saudable.
- Saber distinguir os diferentes tipos de nutrientes.
- Valorara a importancia de inxerir todo tipo de nutrientes na alimentación diaria.
- Empregar un razoamento crítico ante aqueles alimentos prexudiciais para a nosa saúde.
- Reducir o consumo de graxas.
- Adecuar a inxesta calórica ao gasto enerxético.

DESCRIPCIÓN DA ACTIVIDADE

Os nenos de 3º dividíronse por grupos de catro ou cinco participantes e cada un encargouse de buscar información sobre un tipo de nutriente.

Dentro de cada grupo para levar a cabo un traballo colaborativo repartiron as tarefas, uns buscaban información, outros seleccionaba a parte importante, outros redactábano....

Por último realizaron un traballo que expuxeron ante todos os seus compañeiros de aula.

