

AGENDA 2030. PROYECTO ABP: "ALMUERZO SALUDABLE"

3 GOOD HEALTH
AND WELL-BEING



Raquel Domingo Corral ◀

Pepa López Vila ◀

Cultura Científica de 4º ESO ◀
IES Clara Campoamor de Alaquàs



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria d'Educació,
Investigació, Cultura i Esport

IES. Clara



Campoamor



Erasmus+

**PARA
EMPEZAR...**

¿POR QUÉ SE REALIZA ESTE PROYECTO?

AGENDA 2030 PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE

- ▶ El IES Clara Campoamor de Alaquàs (Valencia) participa en el Proyecto Erasmus +: "Agenda 2030: That's our challenge!" junto a centros de Alemania, Grecia e Italia.
- ▶ Se pretende desarrollar más en profundidad el OBJETIVO 3 (Salud y bienestar), pero también el 13 (lucha contra el cambio climático), 14 y 15 (flora y fauna acuáticas y terrestre).
- ▶ Se trabaja durante el segundo trimestre del curso 2017/2018 en la asignatura de Cultura Científica de 4º ESO.

OBJETIVOS

PROYECTO ABP: ALMUERZO SALUDABLE

OBJETIVO 1

- Promover una alimentación saludable en 1º y 2º de la ESO, a través de los almuerzos saludables y establecer el miércoles como el día de la fruta.

OBJETIVO 2

Transmitir la importancia de llevar los almuerzos en recipientes reutilizables, evitando el uso de plásticos y aluminio.

OBJETIVO 3

Realización de un concurso.

ACTIVIDADES REALIZADAS

1- ELABORACIÓN DE UN POWER POINT EXPLICANDO EL PROYECTO .

2- REALIZACIÓN DE UNA ENCUESTA DE HÁBITOS ALIMENTARIOS AL ALUMNADO DE 1º Y 2º ESO.

3- ESTABLECER EL MIÉRCOLES COMO DÍA DE LA FRUTA.

4- PROPUESTA DE MENÚS DE ALMUERZO SALUDABLE AL BAR DEL INSTITUTO.

5- REALIZACIÓN DE TALLERES QUE PROMUEVEN LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

6- REALIZACIÓN DE UN CONCURSO





METODOLOGÍA

PASO 1

01 El alumnado de 4º CC pasa por las clases de 1º y 2º ESO explicando el proyecto a través del power point realizado y les pasan las encuestas de hábitos alimentarios.

PASO 2

02 Analizar las encuestas y elaborar gráficas con las que se obtienen conclusiones sobre los hábitos alimentarios.

PASO 3

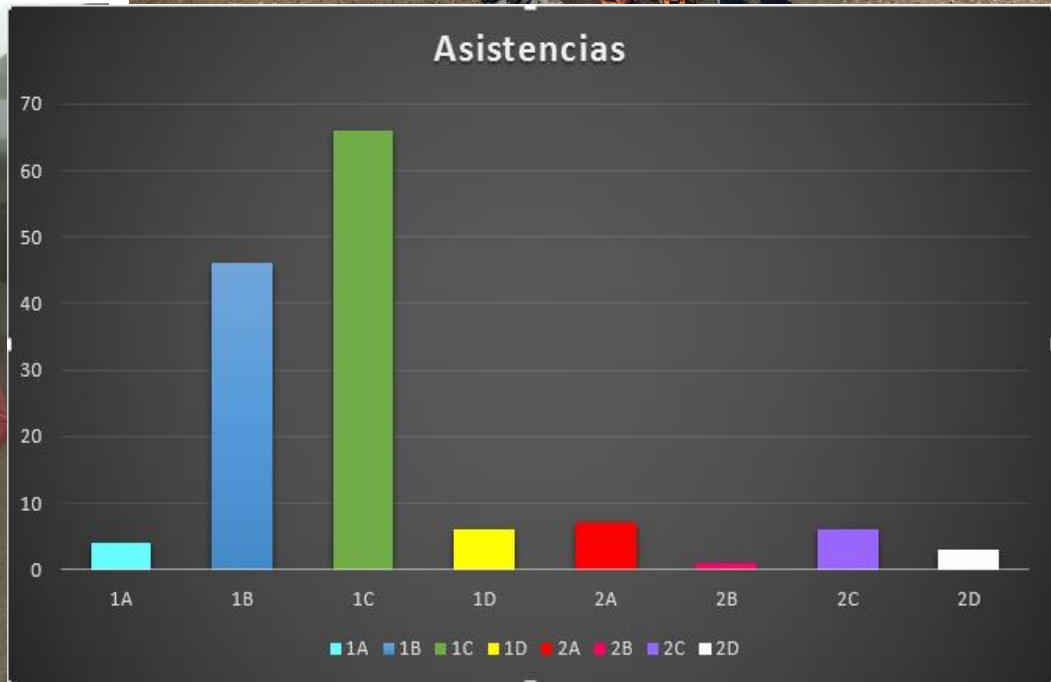
03 Anotar a la hora del patio quien ha traído almuerzo saludable. Realizar talleres.

PASO 4

04 Después de un mes, comunicar a la clase ganadora que ha ganado el concurso.

PASO 5

05 A final de curso, pasar otra encuesta para ver si se han cambiado los hábitos alimentarios, analizarla y sacar conclusiones.



FINAL DEL CONCURSO



TALLERES

HACER FORMAS CON LA FRUTA

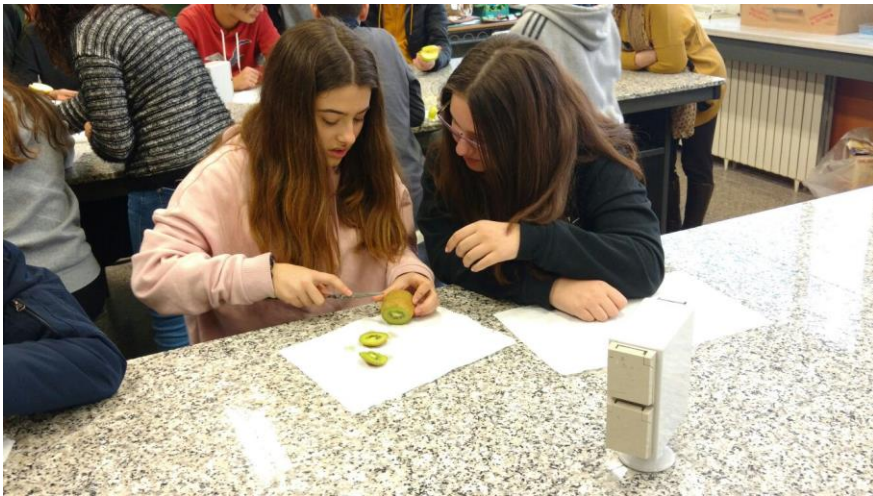
Con la ayuda de los alumnos y alumnas de 4º de CC, hicieron cisnes con manzanas y flores de loto con kiwis. La actividad gustó mucho al alumnado de primer curso.



RUEDA DE ALIMENTOS

El alumnado de 4º CC pasó por las clases explicando la rueda de los alimentos y haciendo juegos con ella.









RESULTADOS

Encuesta final curso

75.6%

Pensaban que su alimentación era saludable antes del concurso, cuando las encuestas iniciales indicaban lo contrario.

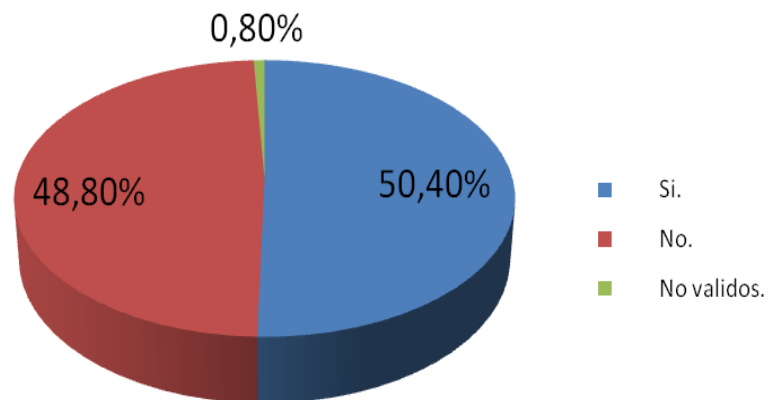
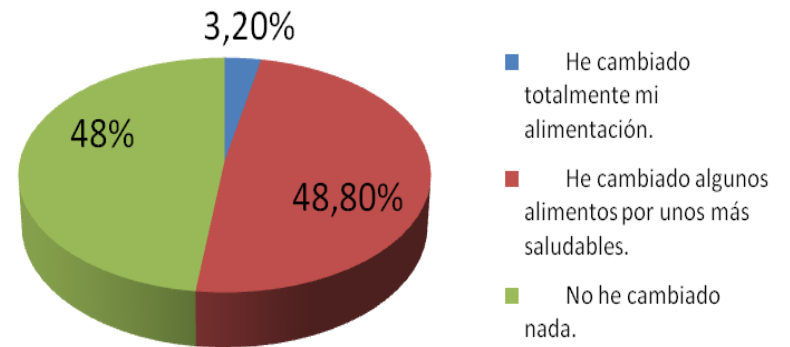
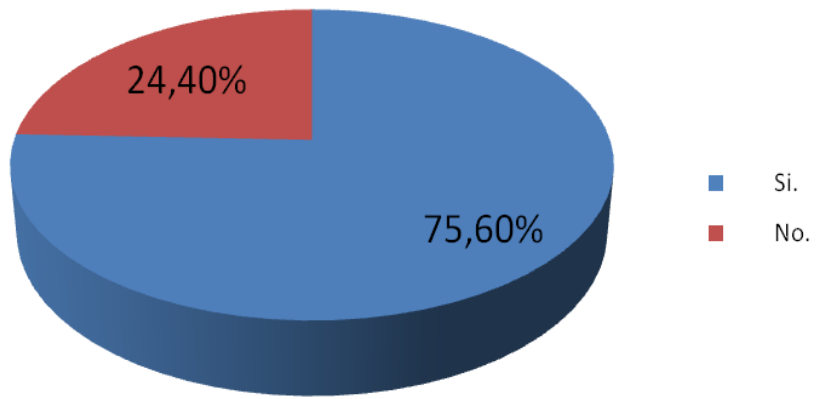
Ese mismo porcentaje, NO cambió sus almuerzos a otros más saludables una vez finalizó el concurso.

3.2%

Logró cambiar totalmente su alimentación una vez finalizó el concurso.

50.4%

Comió de forma más saludable durante el concurso



RESULTADOS

Encuesta final curso

36.2%

Probaron nuevos alimentos saludables que no conocían

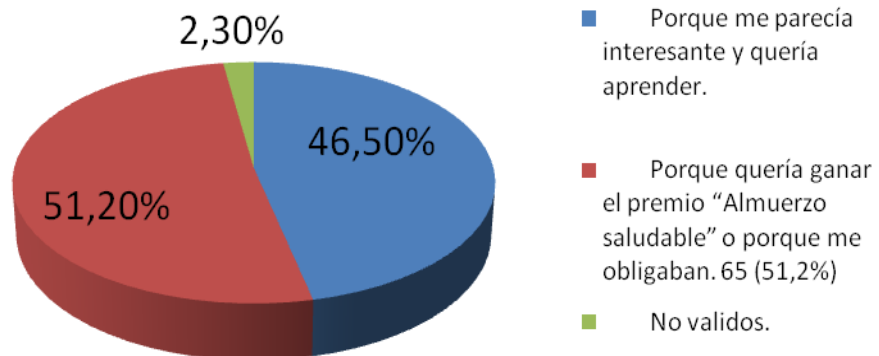
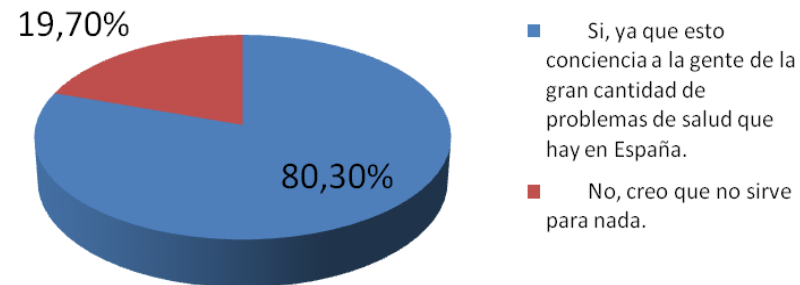
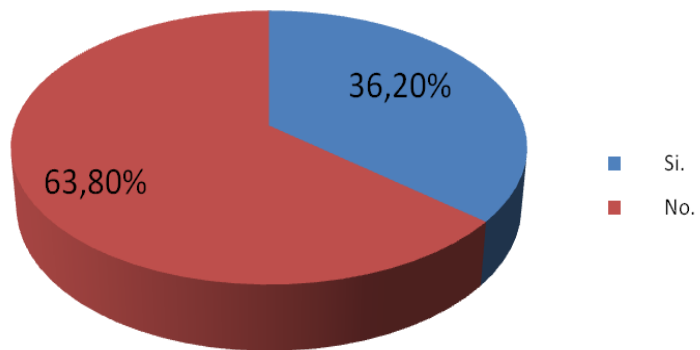
80,3%

Cree que es necesario que se sigan llevando a cabo este tipo de proyectos en el ámbito educativo, para concienciar a la gente de la gran cantidad de problemas de salud que hay en España.

46.5%

Participó en el concurso porque le parecía interesante.

Un 51.2 % lo hizo porque quería ganar el concurso o porque le obligaban



CONCLUSIÓN

- ▶ **El alumnado cree que su alimentación es saludable, aunque en realidad no es cierto y se demuestra que cuesta cambiar el hábito alimentario.**
- ▶ **No hay que olvidar la importancia de traer el almuerzo en envases reutilizables para evitar el uso indiscriminado de papel de aluminio y plásticos que contaminan el medio ambiente.**
- ▶ **Es necesario inculcar al alumnado la alimentación saludable y sostenible para conseguir un estado de bienestar físico, mental y social.**

DIFUSIÓN DEL PROYECTO

▶ Blog del proyecto:

<http://erasmusagenda2030thatsourchallenge.blogspot.com.es/>



▶ Twinspace:

<https://twinspace.etwinning.net/45543/home>



▶ Página web del instituto:

<http://iesclaracampoamor.edu.gva.es/>



▶ Twitter:

@multilingualcc, @iesccalaquas, @Ciencias_IESCC, @juanvlc1960, @ghdelarosa1,
@tecnocampoamor...





**FINAL DE LA
PRESENTACIÓN**

*Dime y lo olvido,
enséñame y lo recuerdo,
involúcrame y lo aprendo.*
Benjamin Franklin

