

PROYECTO ALIMENTACIÓN SALUDABLE

OBJETIVO:

Potenciar la adquisición de una alimentación sana y equilibrada.

CONTENIDOS

- El desayuno.
- Alimentos saludables.

METODOLOGIA

- Partirá de la motivación, de los intereses e ideas previas del alumnado.
- Será activa y participativa.
- Los contenidos serán positivos, poniendo énfasis en las ventajas de los comportamientos saludables en vez de mostrar los inconvenientes de las conductas no saludables.

ACTIVIDADES

- Celebración Día de la Alimentación (16 de octubre)
- Celebración Día de la Salud (7 de abril)
- Celebrar el Día del desayuno saludable.
- Día de la fruta-
- Marca páginas Día de la fruta.
- Calendario de desayuno para los recreos.
- Taller de cocina.
- Pasatiempos.
- Adivinanzas.
- Colorear alimentos eligiendo los que son saludables
- Juego: Toboganes y cometas.
- Desayuno en El Corte Inglés.

EVALUACIÓN

Se valorará la actitud en el cambio de hábitos y concepciones alimentarias que se observen en el alumnado y en su familia.

TEMPORALIZACIÓN

Curso 2010-11