

Primaria

# Ciencias de la Naturaleza 1

Programación

## Unidad 4

1. Presentación de la unidad
2. Objetivos didácticos
3. Contenidos de la unidad/Criterios de evaluación/Estándares de aprendizaje evaluables
4. Selección de evidencias para el portfolio
5. Competencias: descriptores y desempeños
6. Tareas
7. Estrategias metodológicas
8. Recursos
9. Herramientas de evaluación
10. Medidas para la inclusión y atención a la diversidad
11. Autoevaluación del profesorado

## 1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

### Título

Me alimento bien y me cuido.

### Descripción de la unidad

El núcleo motivador son los alimentos. Trabajaremos las bases de una alimentación sana y los hábitos que se deben adquirir para ello. Se presentarán los alimentos desde el punto de vista de la salud a fin de que comprendan la necesidad de tomar alimentos diversos y variados para no enfermar y crecer de forma saludable. Un punto de interés será la conservación de los alimentos y la importancia de ingerirlos en buenas condiciones. Se trabajará con nombres e imágenes de alimentos muy cercanos al niño.

Es necesario que el alumno adquiera hábitos de higiene y de prevención de accidentes en prácticas deportivas para su bienestar físico.

La lámina inicial relacionará los alimentos con los lugares de venta de los mismos.

Partiremos de los conceptos previos del niño a través de la imagen y el diálogo. Los contenidos que se trabajan en esta unidad son:

- Los alimentos y la salud
- La dieta sana.
- Evitamos enfermedades y accidentes.

### Temporalización:

Enero     Febrero

## 2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Adquirir los principales hábitos de higiene en relación con los alimentos.
- Conocer las diferentes formas de conservación de los alimentos.
- Comprender la importancia de mantener una dieta sana y conocer las principales normas para ello.
- Conocer las acciones que previenen las lesiones y accidentes.
- Conocer cómo prevenir enfermedades

### 3. CONTENIDOS DE LA UNIDAD - CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquisición de hábitos de alimentación saludable.</li> <li>• Conocimiento de las formas de conservación de los alimentos.</li> <li>• Conocimiento de una apropiada conservación de los alimentos.</li> <li>• Comprensión de la necesidad de practicar una alimentación sana.</li> <li>• Conocimiento de la necesidad de mantener una buena higiene con respecto a la alimentación.</li> <li>• Conocer y valorar la importancia de las revisiones médicas como prevención de enfermedades.</li> <li>• Conocimiento de aquellas posturas que perjudican su salud.</li> <li>• Utilización de la información para la identificación de los objetos relacionados con diversas actividades y cuya finalidad es la protección de accidentes y daños físicos.</li> <li>• Uso de la capacidad visual y de orientación para resolver laberintos</li> <li>• Comprensión de informaciones, adquisición de vocabulario adecuado de los alimentos y expresarse de manera correcta.</li> <li>• Iniciativa y perseverancia a la hora de defender opiniones, y desarrollo de actitudes de respeto y colaboración al trabajar en grupo.</li> </ul>	1. Conocer las normas de higiene en relación a la alimentación.	1.1. Adquiere y valora los hábitos de higiene para una alimentación sana.
	2. Conocer las formas de conservación de los alimentos.	2.1. Identifica las formas de conservación de los alimentos
	3. Conocer la importancia de una adecuada alimentación en relación a la salud.	3.1. Conoce el significado de dieta sana 3.2. Adquiere y valora los hábitos de una alimentación equilibrada
	4. Reconocer la importancia de las revisiones médicas para evitar enfermedades.	4.1. Conoce la importancia de las revisiones médicas como prevención de enfermedades.
	5. Discriminar las posturas perjudiciales para su salud.	5.1. Diferencia las posturas que pueden perjudicar a su salud.
	6. Conoce los objetos relacionados con el deporte que protegen de daños físicos.	6.1. Relaciona los objetos que protegen de accidentes y los relaciona con deportes y actividades.
	7. Se orienta espacialmente en la resolución de un laberinto	7.1. Aplicar la capacidad visual-espacial al resolver un laberinto
	8. Adquirir un vocabulario adecuado relacionado con la dieta sana, la salud y la prevención de accidentes.	8.1. Comprensión de informaciones y adquisición de vocabulario en relación a la dieta sana, la salud y la prevención de accidentes
	9. Defender opiniones, y desarrollar actitudes de respeto y colaboración a la hora de trabajar en grupo.	9.1. Participa activamente en los ejercicios de aprendizaje cooperativo.

#### 4. SELECCIÓN DE EVIDENCIAS PARA EL PORTFOLIO

Los estándares de aprendizaje muestran el grado de consecución de los criterios de evaluación desde la propia descripción y concreción del criterio. Para facilitar el seguimiento del desarrollo de cada estándar buscaremos evidencias de los alumnos que muestren su evolución en cada uno de ellos.

En el anexo de evaluación se propone un portfolio de evidencias para los estándares de aprendizaje. El cuadro siguiente sugiere una selección de algunas de estas posibles evidencias. Los docentes podrán sustituirlas por otras que consideren más relevantes para el desarrollo de su grupo.

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD) / Recursos fotocopiables (RF)

Estándares de aprendizaje evaluables	Selección de evidencias para el portfolio
1.1. Adquiere y valora los hábitos de higiene para una alimentación sana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>
2.1. Identifica las formas de conservación de los alimentos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA</li> <li>• Actividades de la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y de ampliación de los RF.</li> <li>• Propuesta de aprendizaje cooperativo de la unidad de la PD</li> </ul>
3.1. Conoce el significado de dieta sana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA para trabajar la dieta equilibrada.</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y de ampliación de los RF.</li> </ul>
3.2. Adquiere y valora los hábitos de una alimentación equilibrada.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA.</li> <li>• Actividad de repaso de la Unidad.</li> <li>• Actividades de la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y de ampliación de los RF.</li> </ul>
4.1. Conoce la importancia de las revisiones médicas como prevención de enfermedades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA.</li> <li>• Actividad de repaso de la Unidad.</li> <li>• Actividades de la PD</li> <li>• Actividad de repaso de la Unidad.</li> </ul>
5.1. Diferencia las posturas que pueden perjudicar a su salud.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA.</li> <li>• Actividad de repaso de la Unidad.</li> <li>• Actividades de la PD</li> </ul>
6.1. Relaciona los objetos que protegen de accidentes y los relaciona con deportes y actividades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades del LA.</li> <li>• Actividad de repaso de la Unidad.</li> <li>• Actividades de la PD</li> </ul>

7.1. Aplicar la capacidad visual-espacial al resolver un laberinto.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividad del LA en el apartado de inteligencias múltiples</li><li>• Actividad de la PD en el apartado de inteligencias múltiples</li></ul>
8.1. Comprensión de informaciones y adquisición de vocabulario en relación a la dieta sana, la salud y la prevención de accidentes.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades del LA.</li><li>• Actividades de la PD</li></ul>
9.1. Participa activamente en los ejercicios de aprendizaje cooperativo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades de aprendizaje cooperativo propuestos en la PD.</li></ul>

## 5. COMPETENCIAS: DESCRIPTORES Y DESEMPEÑOS

Competencia	Descriptor	Desempeño
<i>Comunicación lingüística.</i>	Expresa oralmente, de manera ordenada y clara, cualquier tipo de información.	Uso correcto de términos relacionados con la unidad. Descripción oral de una dieta sana.
	Manejar, elementos de comunicación no verbal, o en diferentes registros, en las diversas situaciones comunicativas.	Interpretar una información con imágenes.
<i>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.</i>	Desarrollar y promover hábitos de vida saludable en cuanto a la alimentación y el ejercicio físico	Toma decisiones y se responsabiliza de las mismas a la hora de mantener una dieta equilibrada y sana.
<i>Competencia digital.</i>	Manejar herramientas digitales para la construcción de conocimiento.	Utiliza herramientas digitales para la realización de las actividades
<i>Aprender a aprender.</i>	<i>Inteligencias múltiples:</i> Desarrolla las distintas inteligencias múltiples.	Se orienta visualmente en la imagen de un laberinto.
<i>Competencias sociales y cívicas.</i>	Mostrar disponibilidad para la participación activa en ámbitos de participación establecidos.	Participa activamente en los trabajos grupales.
	<i>Educación en valores:</i> Aprender a comportarse desde el conocimiento de los distintos valores.	Tener actitud responsable y positiva al cambio de hábitos de alimentación.
<i>Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.</i>	Priorizar la consecución de objetivos grupales a intereses personales.	Participa activamente en las actividades de aprendizaje cooperativo.
<i>Conciencia y expresiones culturales.</i>	Elaborar trabajos y presentaciones con sentido estético.	Cuida la presentación y la limpieza en sus trabajos.

## 6. TAREAS

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD) / Recursos fotocopiables (RF) / Libro digital (LD)

**Tarea 1:** Trabajamos la lámina inicial y el texto que la acompaña.

- Identificamos ideas previas en el LA y sugerencias metodológicas en la PD.
- Realizamos los ejercicios del LA y del LD.
- Completamos con actividades de la PD

**Tarea 2:** Conocemos la importancia de la higiene y la conservación de los alimentos.

- Conocemos las sugerencias metodológicas e identificamos las ideas previas con la PD.
- Leemos el texto con las indicaciones que se deben llevar a cabo para estar sanos en relación con los alimentos.
- Completamos con actividades de las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.

**Tarea 3:** Trabajamos las diferentes técnicas de conservación de los alimentos.

- Conocemos las sugerencias metodológicas con la PD.
- Exponemos las diferencias entre las diferentes formas de conservación de los alimentos
- Exponemos la interpretación de una etiqueta y la importancia de la fecha de caducidad de los alimentos.
- Realizamos las actividades sobre la conservación de los alimentos del LA y de la PD.
- Completamos con actividades de las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.
- Aplicamos las estrategias de aprendizaje cooperativo tal y como se propone en la PD.

**Tarea 4:** Conocemos qué significa el término: Dieta sana

- Conocemos las sugerencias metodológicas con la PD.
- Realizamos las actividades sobre la conservación de los alimentos del LA y de la PD.
- Completamos con actividades de las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.

**Tarea 5:** Conocemos las principales acciones para evitar enfermedades y accidentes

- Conocemos las sugerencias metodológicas con la PD.
- Realizamos los ejercicios del LA y del LD.
- Completamos con actividades de la PD y las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.
- Aplicamos las estrategias de aprendizaje cooperativo tal y como se propone en la PD.

**Tarea 6:** Repaso de la unidad

- Realizamos las actividades de repaso de la unidad del LA.
- Realizamos las actividades de la PD.
- Trabajamos en cooperativo como propone la PD.
- Recopilamos las actividades para el portfolio del alumno.

## 7. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

En el desarrollo de las tareas se emplean diversas estrategias metodológicas:

- Las actividades que se proponen en esta unidad permiten que el profesor observe cómo sus alumnos rodean, unen, colorean, subrayan y así sepa el nivel en el que se encuentran y su grado de habilidad para ejecutarlas. Según las necesidades del alumnado, insistiremos más en el refuerzo o en lo que aprenden de nuevo.
- La lámina motivadora y las actividades de la página “Qué sabemos” nos ayudarán a comprobar los conocimientos previos de los alumnos y partir de ellos.
- Exposición del profesor. Las explicaciones de los contenidos de la unidad deberán ir acompañados de ejemplos cercanos al niño o ayudados por material manipulativo.
- Trabajo reflexivo individual en el desarrollo de las actividades individuales.
- Trabajo en grupo cooperativo: agrupar a los alumnos en grupos de 3 o 4 alumnos y utilizar las estructuras de cooperativo sugeridas en la guía del profesor para trabajar los principios de definición de objetivo grupal, interdependencia positiva e interacción cara a cara.
- Puesta en común en gran grupo: después del trabajo individual o grupal.
- Adquisición de hábitos: Debido a la edad, los niños no tienen suficiente autonomía ni tienen asimilados los hábitos de alimentación, por ello el profesor debe actuar como orientador.

## 8. RECURSOS

Los siguientes materiales de apoyo pueden reforzar y ampliar el estudio de los contenidos del área de Ciencias Naturales:

- Recursos fotocopiables de la propuesta didáctica, con actividades de refuerzo, ampliación y evaluación.
- Cuaderno complementario al libro del alumno.
- Lectura de los libros: “La niña que comía hilo” Autor: Ramírez Lozano, José A.. Colección El duende verde. Editorial. Anaya.
- Materiales: murales, cartulinas, pinturas...
- Mural de los alimentos. Rueda de los alimentos.
- Canción: El rock de la dieta.

### Recursos digitales

- Libro digital: Los alumnos podrán reforzar o ampliar los contenidos estudiados utilizando los recursos digitales disponibles.
- CD que acompaña a la propuesta didáctica, con los recursos fotocopiables.
- A continuación se recogen algunos enlaces web: <http://anayadigital.es>
- Alimentación y salud:  
<http://proyectos.cnice.mec.es/arquimedes/movie.php?usuario=2&nivel=1&movie=fp005/gm001/md003/ut001/0flash/movie.swf>
- Los alimentos sanos.  
[http://servicios.educarm.es/cnice/epssd1/sd1\\_00\\_00.html](http://servicios.educarm.es/cnice/epssd1/sd1_00_00.html) Alimentos, dieta y deporte



## 9. HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN

- Prueba de evaluación de la unidad (en los recursos fotocopiables de la unidad y en el libro digital).
- Registro de evaluación (en el anexo de evaluación).
- Otros recursos: rúbrica, diana, etc. (en el anexo de evaluación).

## 10. MEDIDAS PARA LA INCLUSIÓN Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- ¿Qué dificultades y potencialidades preveo en el grupo durante el desarrollo de la unidad?
- ¿Cómo voy a minimizar las dificultades?
- ¿Qué necesidades individuales preveo en el desarrollo de la unidad?
- ¿Qué recursos y estrategias manejaré para atender a las necesidades individuales?

## 11. AUTOEVALUACIÓN DEL PROFESORADO

- ¿Qué porcentaje de alumnos han alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?