



CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

PROYECTO “Almuerzo saludable en el cole”

CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

Tal y como establece la LOMCE, el objetivo fundamental de la Educación es potenciar el desarrollo integral de los niños y niñas; en este sentido, uno de los planos de desarrollo es el de la salud y la autonomía.

Nuestro proyecto consiste en una serie de actividades rutinarias que realizaremos a lo largo de todo el curso alrededor de la alimentación y más concretamente en el almuerzo que realizan nuestros alumnos durante el periodo del recreo.

Este proyecto se realiza con la convicción de que en la infancia se adquieren los hábitos de alimentación que perdurarán a lo largo de nuestra vida.

El equipo docente ha considerado conveniente añadir una práctica de dieta equilibrada. Para ello se ha elegido la comida que todo el alumnado realiza en el colegio: **el almuerzo**. Pretendemos sobre todo dar continuidad en todos los niveles educativos en el centro a esta atractiva iniciativa, que ya se venía llevando a cabo en infantil.

Objetivos

En este proyecto del almuerzo saludable nos hemos centrado principalmente en los siguientes aspectos:

1. Potenciar la adquisición de hábitos saludables referidos a la alimentación a través del almuerzo colectivo.
2. Apreciar la importancia de una alimentación sana y equilibrada.
3. Adquirir hábitos de autonomía personal referidos a la alimentación.
4. Conocer algunos tipos de alimentos y sus principales características.
5. Evitar que el alumnado traiga productos de escaso valor nutritivo.



CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

Contenidos

Los contenidos estarán relacionados directamente con objetivos propuestos como:

1. Tipos de alimentos y características.
2. Identificación de los tipos de alimentos.
3. Utilización de vocabulario correcto relacionado con los alimentos.
4. Valoración de la importancia de los alimentos en la vida.
5. Valoración de la importancia de la higiene en el tratamiento de los alimentos.

Metodología

Los principios metodológicos serán los propios de estas edades.

- Partir del nivel de desarrollo de los niños conociendo previamente y de sus intereses (qué alimentos les gustan, cuáles conocen, que hábitos tienen...)
- Lograr aprendizajes significativos que le permitan conectar lo nuevo con lo que ya conocen.
- El contenido debe suscitar interés en los niños y esto lo conseguiremos implicando a las familias como las principales responsables en los hábitos de alimentación de sus hijos preparando el almuerzo adecuado.
- Aprender a aprender desarrollando hábitos de autonomía personal y social.
- Mantener una relación y contacto continuo entre familia y escuela, a fin de ser coherente en nuestras pautas de actuación.

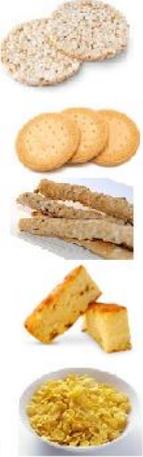


CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

Actividades

Este proyecto se basa en establecer un pequeño almuerzo en el colegio durante el periodo del recreo, que no interfiera en la comida del mediodía. Respecto al almuerzo, y con el fin de que cada día de la semana se traiga un alimento rico en un nutriente determinado, hemos establecido el siguiente calendario:

ALMUERZOS SALUDABLES CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
 <p>CEREALES: barritas, galletas, bizcochos,...</p>	 <p>LÁCTEOS: quesos, yogures,...</p>	 <p>BOCADILLO</p>	 <p>FRUTA FRUTOS SECOS ACEITUNAS</p>	 <p>A ELEGIR ENTRE LOS CUATRO ANTERIORES</p>

Además se ha planificado una actividad general por trimestre:

- 1er trimestre "MANUALIDADES CON frutos de otoño"
- 2º trimestre "EXPOSICIÓN DE FOTOS DE COMIDA CREATIVA"
- 3er trimestre "TALLER DE EXPERIMENTOS" " PROGRAMA ESCOLAR FRUTA, HORTALIZA Y LECHE"



CEIP EL CRUCE DE CASTILLA

Evaluación y seguimientos

Evaluaremos la evolución de los alumnos, el propio proyecto, la actuación y participación de los padres y madres, así como nuestra actuación.

Será también continua (a lo largo de todo el proceso) y formativa (modificando el proceso si fuese necesario). Se recogerá la información en una tabla de registro en cada aula.

La evaluación referida a los alumnos se hará en función de criterios como:

- Cumple el programa semanal previsto.
- Reconoce la importancia de comer sanamente.

La evaluación de la práctica docente se realizará mediante los siguientes indicadores:

- La información ofrecida a los padres ha sido adecuada
- La motivación de los alumnos ha resultado efectiva.
- Se ha realizado un control regular del almuerzo de los alumnos
- Las actividades realizadas han sido atractivas y significativas.

Evaluación de la implicación de las familias:

- Reconocen la importancia del proyecto y lo valoran positivamente con su puesta en práctica.
- La colaboración de las familias ha sido suficiente, ajustándose a los almuerzos establecidos.

En cuanto a la evaluación del PROYECTO, el instrumento principal que utilizaremos será la recogida de datos en la tabla de registro, la observación directa de la incidencia en los alumnos, así como la información proveniente de los padres y madres.