

- **ACTIVIDADES DE ELABORACIÓN:**

Título	4. Aprendiendo de una profesional
Descripción	Tras haber trabajado la pirámide alimenticia y conocer la importancia de una alimentación saludable hemos decidido invitar a Almudena Cid para que inicie al alumnado en una rutina de ejercicio combinada con la alimentación saludable para llevar un nivel de vida adecuado. La próxima sesión se centrará en reforzar el aprendizaje adquirido en la charla con unas actividades de ZonaClic.
Espacio	Aula ordinaria y de ordenadores.
Tiempo	2 sesiones de 50'.
Recursos	Hábitos saludables y E.Física : (a excepción de la última parte que habla sobre los músculos)
Agrupamiento (tipo de trabajo)	Grupo completo en la charla y por parejas en la realización de las actividades de ZonaClic.

Título	5. ¡A divertirse!
Descripción	En esta actividad vamos a llevar a cabo un circuito deportivo en la asignatura de E.Física diseñada por los alumnos previamente a través de lo que han aprendido con Almudena Cid.
Espacio	Patio del colegio.
Tiempo	50'
Recursos	Aros, pelotas, conos, combas, etc.,.
Agrupamiento (tipo de trabajo)	Toda la clase es partícipe
Anexos	Circuito en papel

Título	6. ¡1, 2, 3 a cocinar!
Descripción	<p>Tras haber completado exitosamente todas las actividades vamos a realizar la actividad más importante partiendo de los conocimientos adquiridos: el diseño del menú del comedor.</p> <p>Durante la primera sesión verán modelos de menús posibles y su estructura. Durante la próxima sesión diseñarán su propio menú para dos días.</p> <p>En la próxima sesión practicarán la importancia de la higiene bucal después de cada comida con otra actividad de la ZonaClic.</p>
Espacio	Aula ordinaria
Tiempo	3 sesiones de 50'
Recursos	Actividad de ZonaClic Higiene Bucal
Agrupamiento (tipo de trabajo)	Para la realización del menú la clase se distribuirá en 5 grupos y cada uno de ellos será el encargado de realizar el menú de un día de la semana.
Anexos	Modelos de menús.
Evaluación	Continua. Permite al profesor asegurarse de que el alumno va adquiriendo los conocimientos acerca de la alimentación y ejercicio.