

## Let's eat healthier at Abat Marcet



### Objectius

- .To compare personal food intake and energetic consumption with the the pyramid recommendations.
- . To identify nutrients in types of food.
- . To classify nutrients according to their functions.
- .To design and orally justify an adequate daily diet model according to a specific lifestyle/disease.

### Descripció de la proposta

This didactic unit is based on PBL methodology and its aim is to put into practice in a significant / meaningful way the contents previously learned about nutrition and healthy habits. The final goal of this project is that students add better eating and physical activity habits in their lifestyles as well as they are competent enough to give healthy tips to other members of the school's community. Students will create an adequate daily diet model according to specific lifestyles or diseases. This project is a result of a GEP2 programme.

### Aspectes didàctics i metodològics

These six sessions are based on a CLIL approach. The students will decide the best way to promote diets for specific healthy needs: poster, brochure/leaflet, promotional video to add on the school's blog, students conferences with volunteer school families, advertisements or Informational document to add to the blog.

Each group will decide the audience to whom their project will be addressed taking into account that one of the objectives is that the information reaches as many people as possible within the school community.

### Recursos emprats

<https://healthyeating.sfgate.com/good-diet-sedentary-lifestyle-3007.html>

Kahoot: <https://create.kahoot.it/share/634f77a9-0451-4e3b-ba4f-c4a380caedc3>



## **Continguts, competències i processos que es treballen de forma destacada**

### **Science**

- Els aliments: constructors, reguladors i energètics.
- Les substàncies imprescindibles per a la vida humana: aire, aigua i nutrients.
- La gestió del temps personal: equilibri entre activitat (mental i física) i descans.
- Els riscos del consum de determinades substàncies.

### **English**

- Tipus de textos orals, audiovisuals i escrits de tipologia i contingut diversos relacionats amb continguts curriculars d'altres àrees.
- Lèxic: vocabulari freqüent i específic.
- Elements de la situació comunicativa: finalitat, destinatari, context
- Funcions del llenguatge: saludar, acomiadar-se, donar les gràcies, fer suggeriments i expressar opinions.
- Organització del text: adequació, coherència i cohesió.
- Estratègies per planificar i estructurar l'expressió oral: ús de les fonts, selecció d'informació, elaboració d'esquemes, guions i organitzadors gràfics.
- Elements prosòdics: entonació, pronúncia i ritme.
- Elements no verbals: gestualitat i ús de suport visual complementari.
- Suport imprès i digital. - Ortografia de paraules conegudes i d'ús freqüent.
- Signes de puntuació.
- Ús dels recursos digitals en la producció, edició i revisió de textos.
- Aspectes formals en la presentació

### **Alumnat a qui s'adreça especialment:**

A1 Grade 5th

### **Interdisciplinarietat, transversalitat, relacions amb l'entorn:**

Science

### **Documents adjunts**

Let's eat healthier project.

### **Autoria**

Irma Martin Tebar & Anna Palmero Molina. Escola Abat Marcet. Terrassa