

1. MODELO DE CUESTIONARIO PASADO AL PROFESORADO EN EJERCICIO

El presente cuestionario forma parte del trabajo de campo de la Tesis Doctoral realizada por D. Juan Carlos Rivadulla López en la Universidade da Coruña y titulada “**El desarrollo del currículum desde la perspectiva del profesorado de Educación Primaria. La nutrición humana**”, y cuyas directoras son la Dra. Susana García Barros y la Dra. Cristina Martínez Losada.

Este cuestionario tiene como propósito fundamental recoger información sobre la importancia que le dan los/as maestros/as a diversos temas relacionados con la nutrición humana, y la presencia en las aulas de dichos temas. Para ello, es imprescindible la colaboración de los/as docentes de tercer ciclo de Educación Primaria con distinto grado de experiencia en la asignatura de Coñecemento do Medio, puesto que aportan una información valiosísima para los fines que persigue esta investigación.

Con la información que docentes como usted nos puedan aportar, no pretendemos únicamente recoger datos para un trabajo, sino también dar un pequeño paso para mejorar aspectos clave tanto en la formación como en el desarrollo profesional del profesorado.

INSTRUCCIONES

A continuación se le presentan una serie de frases sobre la “nutrición humana”.

En el apartado de **IMPORTANCIA**, debe clasificar la frase como:

A si considera que la idea clave es imprescindible tratarla al final de la Educación Primaria.

B si es deseable que se trate.

C si la idea clave no es importante para este nivel educativo

En el apartado de **PRESENCIA**, debe clasificar la frase como:

A siempre trato el tema de la nutrición humana

B lo trato casi siempre, aunque a veces no (no me da tiempo...)

C no lo trato nunca o sólo lo trato ocasionalmente

SOBRE LA NUTRICIÓN EN GENERAL		
	Importancia	Presencia
1.1. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, toman sustancias del medio necesarias para crecer, moverse, etc.		
1.2. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición, que es un proceso en el que intervienen distintos órganos y sistemas del organismo (digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor).		
1.3. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición. Para ello, obtienen sustancias del medio que una vez transformadas en nutrientes van a servir para construir y reconstruir su propio organismo y también para obtener energía. Además eliminan sustancias de desecho al medio.		
1.4. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición. Esta función se realiza en las células, a las que llegan los nutrientes. En ellas se producen las sustancias que le sirven para construir y reconstruir su propio organismo y también para obtener energía. Además en las células se generan sustancias de desecho que se eliminan al medio.		
2.1. Una buena alimentación variada nos ayuda a mantenernos sanos.		
2.2. Una alimentación variada es saludable porque nos aporta alimentos diversos que contienen los distintos tipos de nutrientes que nuestro organismo necesita (proteínas, glúcidos...).		
2.3. Una alimentación variada es saludable porque nos aporta alimentos diversos que contienen los distintos tipos de nutrientes que nuestro organismo necesita (proteínas, glúcidos...) para favorecer una nutrición adecuada.		
3.1. Los seres humanos obtienen del medio, alimentos de distinto origen que provienen de la agricultura, la ganadería y/o también de fábricas alimenticias. Esta obtención produce modificaciones en el medio.		
3.2. Los seres humanos obtienen del medio, alimentos de distinto origen que provienen de la agricultura, la ganadería y/o también de fábricas alimenticias. Esta obtención produce		

modificaciones en el medio, por lo que es necesario que existan concienciación social y normativas que garanticen un desarrollo sostenible.		
4.1. Los seres humanos expulsan sustancias de desecho (basuras, heces y orina) al medio como consecuencia de su nutrición. Estas sustancias pueden alterar el medio.		
4.2. Los seres humanos expulsan sustancias de desecho al medio como consecuencia de su nutrición. Estas sustancias pueden alterar el medio por eso es necesario emplear sistemas de reciclado (recogida selectiva de basuras,...) y de depuración (alcantarillado / fosas sépticas).		
<i>SOBRE LOS SISTEMAS RELACIONADOS CON LA NUTRICIÓN HUMANA</i>		
5.1. El sistema digestivo está formado por un tubo, que comienza en la boca y termina en el ano, y en el que podemos distinguir órganos (boca, faringe, esófago, estómago,... También está formado por los órganos anexos (hígado y páncreas).		
5.2. En el sistema digestivo se produce la digestión de los alimentos, en la que éstos se transforman en sustancias más simples, los nutrientes, que son necesarios para el organismo. También se producen desechos que se eliminan por las heces.		
5.3. En la digestión, los alimentos se transforman en sustancias más sencillas, llamadas nutrientes, que contribuyen a la obtención de materia que forma el propio organismo y de la energía que necesita. También se producen desechos que se eliminan por las heces.		
6.1. El sistema respiratorio está formado por las vías respiratorias, faringe, laringe, tráquea y bronquios, que se ramifican en los pulmones y terminan en los alvéolos.		
6.2. El sistema respiratorio tiene como función captar el oxígeno necesario para el organismo y eliminar el dióxido de carbono que es una sustancia de desecho.		
6.3. El sistema respiratorio tiene como función captar el oxígeno que, junto con los nutrientes que provienen de los alimentos, intervienen en la nutrición, produciendo energía. Además elimina dióxido de carbono (sustancia de desecho que se produce en este proceso).		
7.1. El sistema circulatorio está formado por el corazón (con dos capacidades superiores, las aurículas, y dos inferiores, los		

<p>ventrículos) y los vasos sanguíneos (venas, arterias y capilares).</p>		
<p>7.2. El corazón bombea la sangre que es transportada por los vasos sanguíneos y distribuye sustancias a todas las partes del cuerpo.</p>		
<p>7.3. El sistema circulatorio distribuye el oxígeno y los nutrientes a todas las partes del organismo para que se produzca el proceso de nutrición (obtención de materia y energía) en las distintas partes del cuerpo. Además, recoge las sustancias de desecho (dióxido de carbono y otras sustancias) que deben ser eliminadas.</p>		
<p>8.1. El sistema excretor está formado por los riñones y de los que salen unos conductos, los uréteres, que llegan a la vejiga urinaria, que se comunica con el exterior mediante la uretra.</p>		
<p>8.2. Los riñones eliminan las sustancias de desecho, nocivas para el organismo, formándose la orina que se expulsa al exterior.</p>		
<p>8.3. Los riñones eliminan las sustancias de desecho nocivas para el organismo que se producen en el proceso de nutrición, formándose la orina que se expulsa al exterior.</p>		

2. APORTACIONES DEL PROFESORADO EN EJERCICIO

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 1

Experiencia docente: entre 1 y 10 años

Curso en el que imparte docencia: 5º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Normalmente lo trabajo en una UD y le dedico 5 ó 6 sesiones de una hora cada una.

A lo que le doy más importancia quizás es a la pirámide de alimentos, supongo, para que valoren las diferencias que hay y sí, también al concepto, a la diferencia entre alimentación y nutrición. Al estómago, al hígado, a los riñones y al estómago le doy mucha importancia, y al intestino, son órganos a los que le doy mucha importancia.

La idea que quiero que adquieran los alumnos es que aprendan a alimentarse mejor para que así puedan nutrirse mejor, porque las características de este centro así lo requieren. Pero aunque estuviera en otro centro con otras características diferentes, pongamos un centro de ciudad con alumnos de clase media, pues también tendría muy en cuenta eso porque me parece imprescindible, ya que hoy en día los niños se alimentan fatal, pero muy mal, bueno, por lo que yo veo y oigo.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio,...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Con ninguna o pocas, muy pocas. Más que nada que es importante que comamos porque así vivimos y que hay que hacer dieta, comer bien y todo eso, pero sin más, no saben ni cómo ni por qué. Ya te digo, que tienen muy poca idea. Yo no...quizás, no sé, quizás es algo que nunca se les da bien a los niños, que los profesores no transmitimos bien los conceptos, aun sabiendo lo importante que son, pero bueno.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Bueno, a ver, eh, he dado la nutrición humana varias veces y me ha ocurrido que he tenido que ampliarlo, sí, sobre todo en los centros en los que hay comedor. En los centros en los que hay comedor, normalmente, ya sea el curso que sea, y aunque no venga en el libro se trata el tema de la nutrición, bastante, sí, y casi siempre era un lío, pero quizás por criterio propio, sabes?, lo amplío con murales de pirámide humana, elaboramos la pirámide de la alimentación porque es, no sé, es una actividad que les suele gustar mucho.

Utilizo Anaya, del año 2006.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Normalmente no, no los trato todos, hay cosas que considero que, que les es difícil de entender y me las salto. Por ejemplo, que sepan términos concretísimos como son páncreas, esófago, y tal, pues no le doy tantísima importancia, a ver, no es que no le dé importancia, sí que le doy importancia, pero no lo trato mucho, le doy importancia a la hora de hablarlo en clase pero luego no les exijo que lo sepan en un examen final pero sí que le doy importancia, sí. Es eso, a los órganos es a lo que quizás le doy menos importancia, a algunos órganos, por ejemplo los alvéolos, que aquí no lo veo con mucho detenimiento, sí. Ahora por ejemplo, los órganos que... que les suelen, a mí por lo menos me pasó, lo que es el páncreas o lo que es la vesícula biliar, cosas así, me lo suelo saltar un poco porque no lo considero lo más importante.

¿Qué suelo dar?, pues los temas relacionados con la digestión, el sistema digestivo, ya te digo que sin meterme demasiado al tema órganos porque no lo considero tan importante. También trato siempre lo de la dieta, la pirámide de los alimentos, los sistemas que son necesarios para que se produzca la nutrición, bueno, así un poco a rasgos generales, a lo que le doy más importancia es a eso.

Ya te digo, lo que suelo ampliar es la pirámide de alimentación haciendo algún mural porque es una actividad que les suele gustar mucho.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Yo creo que sí, yo creo que de hecho faltan, porque es un tema que... sobre todo, pues no sé, en este cole en concreto pues estaría bien tratarlo en todos los cursos el tema de la nutrición.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

No, normalmente amplío los contenidos del libro de texto, pero no trato otros. Quizás si hay comedor sí, pues hablamos de menús, el menú de la semana pasada... pues... pero realmente es una ampliación de lo que ya está, de lo que viene en el libro. Es lo que te digo, podemos hablar del menú que hay en el comedor, para que vean los distintos tipos de alimentos, su importancia, por qué tenemos que tomar de todo tipo de alimentos y no vale comer sólo de una cosa... pero bueno, es que no es nada nuevo, simplemente es transversalizar, si es que se puede decir, algo que ocurre en el centro con lo que estamos dando en clase, pero no más, no doy contenidos nuevos que no aparezcan en el libro.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Normalmente, cuando doy la nutrición humana, lo que hago es que lo primero es que ellos elaboren un menú que consideren que es el mejor y el más adecuado para una buena nutrición, después de haber hablado de lo que se supone que es una buena nutrición y una buena alimentación, y normalmente suelo encontrar cosas raras... y a partir de ahí empezamos ya a tratar el tema, los tipos de alimentos, el aparato digestivo...y al final acaban haciendo un menú que se supone que está mejor elaborado y comparan con el primero. Y sobre los temas de

circulación, respiración y excreción, bueno, son un tema sólo que trata todo eso pues... bueno, sí, lo que hago es lo mismo que antes pero sin la dieta, claro, eso sólo lo trato en el tema de la alimentación. Pues hacemos una puesta en común sobre lo que saben al principio y después yo les explico el tema.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Pues mira, a rasgos generales, las actividades que tienen que ver con cómo es el sistema digestivo y el proceso que sigue la comida desde que te la tragas, el bolo alimenticio y el sistema excretor y también lo que tenga que ver con la pirámide, porque todos los ejercicios que tengan que ver con eso para mí son importantes. También las de la dieta, porque es importante que sepan cómo alimentarse, hacerlo bien y no de cualquier forma.

Mejor te voy a decir los ejercicios que no hago, y así, por descarte, ya sabes los que hago, vale?. A ver, de la página 85 ninguno. De la página 89 el ejercicio 3. De la página 91 el ejercicio 1. De la página 93 ninguno. Ninguno de la página 101, 102. y 103.

De la página 104, 105 ninguno. De la página 106 el ejercicio 3. De la página 109 ejercicio 2. Ninguno de la página 115.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Te vuelvo a responder como dije en la 2º o 3º preguntas, que los niños lleven la idea de que alimentarse por alimentarse no es la idea de nutrición que tienen que tener para que estén bien y sanos y crezcan bien, vamos. Todas las actividades que tengan que ver con eso y todo lo que hagan dentro y fuera del colegio. Concretamente, a las actividades sobre la pirámide de los alimentos le doy muchísima importancia, y luego a las de la pág. 49, a la 1-2-3 porque son las relacionadas con la dieta, y también a las de repaso que estén relacionadas con la

dieta también (pág. 50, 5-6-7-8-9-10; pág. 51, 1-2), que aunque no las haga todas por escrito, y quizás sólo las hagamos orales, pues son muy importantes.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Yo si estoy dando Coñecemento do Medio, como es el caso, intentaría dar este tema sin problema de tiempo, pero si surge el problema de tiempo, pues supongo que los esquemas del final, la tabla resumen del final (pág. 52, 1-2-3-4-5 y pág. 66, 1-2-3). Lo dejaría con tal de que... iría a lo práctico, a hacer el mural con la pirámide y que les quede claro un menú para que sea directo para ellos. A lo mejor no tanto la teoría y más la práctica.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?,¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Como vaya surgiendo, a medida que vaya explicando. Es decir, cuando explico un apartado pues les digo que hagan las actividades sobre ese apartado, si explico otro, pues otro, siempre que tengan que ver con lo se acaba de dar en clase siempre...sólo las actividades del final las del apartado "Resumen lo aprendido" las hacen sin haber dado justo ese día el tema, pero porque son un repaso, claro.

Hombre se supone que llevan unos menús para proponer en casa para que la cosa vaya mejorando, pero bueno, actividades específicas para hacer en casa la verdad es que no mucho, porque el resto de actividades, las del libro de texto, pues las tienen que hacer en clase, porque ya les dejo tiempo para eso.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Individualmente son estos ejercicios que quizás sean de asimilación de cómo es nuestro organismo, después casi todas son en gran grupo o en 2 o 3 grupos para hacer el mural y actividades que tienen que ver con eso, para que lo vean claro y con dibujos. Ehhh, he llegado a hacer actividades de grupo de realización de

recetas como de buena alimentación y buena nutrición en clase, tipo macedonias y tal, y en grandes grupos.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Yo lo voy haciendo a no ser que haga un examen final, entonces hago una corrección final, lo voy corrigiendo al momento.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

La función de los riñones (pág. 95, 2)... este tipo de cosas son dificultades para ellos. Pero bueno, lo suelen asimilar bastante bien, sí, lo suelen asimilar, les queda a la primera.

Más sencillo de las actividades en general no son las que vienen en el libro de texto, porque es la pirámide, la elaboración de la pirámide alimenticia, les es fácil entenderla, sí. Si hablamos del libro de texto, pues todas las relacionadas con el leer y responder con lo que venga en el propio libro de texto, vamos, que no se tengan que romper la cabeza pensando en una respuesta y también en las que sólo tengan que dibujar (pág. 97, 1)). De todas estas actividades, digo que les resultan sencillas de realizar porque tienen las respuestas en el texto o sólo tienen que dibujar, pero eso no quiere decir que ellos entiendan lo que ponen porque las actividades que tienen que ver con órganos, muchas de ellas les cuesta entender cuál es la función, dónde están y eso, pero como sólo copian la respuesta...pues les resulta sencilla.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

No suele haber donde, jeje. ¿Museos?, sí, la Domus, la Domus, sí, sí, lo he hecho varias veces además, cuando no están estropeados los módulos, y esto lo quiero decir y que quede grabado, porque siempre que vamos hay módulos estropeados,

sobre todo la maquinita de oler, de probar y la de la elaboración de la dieta, que a mi me parece fantástica, pero nunca la podemos utilizar. También te sirve para ver las partes del corazón.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Pues quizás para...es una actividad de conclusión del tema dado en clase.

La verdad, ya te digo, lo de la Domus considero que no sirve para mucho si hablamos de nutrición, porque suele estar todo estropeado. Lo único el corazón, que les explico las partes, allí ven corazones de animales, etc.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

De estas actividades pues... si yo veo que voy a tratar, por ejemplo esta unidad didáctica es en el segundo trimestre, pues la dejaría para el final del segundo trimestre, en previsión de que se pueda alargar o se pueda retrasar.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Estas no, se hace una puesta en común en todo caso al llegar al colegio de vuelta o al día siguiente sobre lo que vieron allí.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Bah, no suelen tener dificultades.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Quizás a veces lo meto dentro de lo que es, si estoy haciendo una unidad más amplia que tenga que ver con el cuerpo humano y entonces habría más cosas que esta, obviamente, si no pues va sola, sin más, independiente. El libro trata la nutrición humana de manera independiente, dividida en dos temas, y a mayores aparecen la nutrición de los seres vivos y la nutrición y la salud. Con esos cuatro temas yo suelo hacer la evaluación.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Sí, un examen.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Sí.

Al final de cada tema.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Si lo encuadro dentro del, del, del, osea, de un tema más amplio como puede ser cualquier tipo de sistema que tengamos en, orgánico en, osea, el organismo, pues entonces sí que lo hago, si no, no.

También al final, cuando termine la lección.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Pues desde, por ejemplo, en la pirámide de los alimentos, pon un alimento que consideres, que te venga a la cabeza, imprescindible para cada una de las partes de la pirámide.

Otra pregunta importante es la de diferénciame entre alimentación y nutrición.

Dime por qué partes va el alimento pasando el sistema digestivo hasta que llega al aparato excretor.

Señalar órganos en un dibujo de una persona.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

En las preguntas que tienen que ver con los órganos.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Sí sí, en la evaluación final sí, claro, por supuesto. Lo tengo en cuenta sobre un tanto por ciento de alguna manera no?. Yo le doy importancia a las actividades de

la libreta, le doy importancia a la atención y al interés en clase, importancia al examen final, y a partir de ahí, pues a alguna nota que ponga en clase. Pero evidentemente, el examen final tiene mucho peso.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

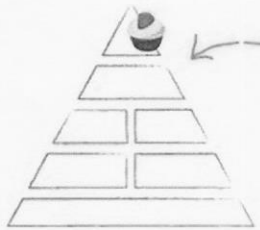
2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

5º Ed. PRIMARIA -- COÑECEMENTO DO MEDIO

Nome: _____ Data: _____

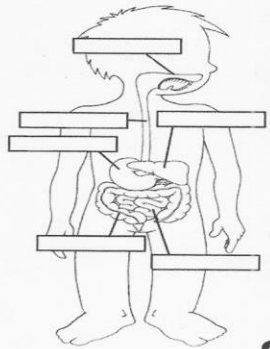
1.- Explica a diferenza entre alimentación e nutrición.

2.- Enche os ocros desta pirámide alimenticia, cos alimentos que consideres imprescindible para cada unha das partes.



3.- Escribe un resumo que explique por que partes pasa o alimento dende que o inxires ata que o expulsas.

4.- Escribe o nome dos órganos.



**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 2

Experiencia docente: más de 10 años

Curso en el que imparte docencia: 5º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Este es el más largo, normalmente 15 días, pero con este 20 días más o menos, depende de los niños (4 días a la semana).

Vamos a ver, el conocimiento de cada una de las partes de los distintos aparatos y de los órganos de todos los sistemas. Que sepan, a mi me interesan muchísimo, que sepan que tienen que cuidar, yo es que soy una pesada con esto que te voy a decir eh, que sepan que tienen que cuidar el hígado y los órganos, no sólo el estómago, si no el hígado, el páncreas y tal por el tema del alcohol. Entonces todos los años hacemos la vendimia, un comecocos del uso del alcohol, sobre el uso responsable del alcohol, cuándo, cómo se hace, qué es lo que pasa... todas esas historias. Eso es importante. Este año hasta trabajamos el botellón con los de 6º y con los de 5º. Y entonces suele coincidir porque son los primeros temas, la vendimia es, aunque nosotros la celebramos tarde, la solemos celebrar a finales de octubre. Entonces cuando van a empezar todo esto (el tema del libro) hablamos de esa historia. Y después, lo que pasa es que lo hacemos más bien en 4º, aunque en 5º y 6º también, hacemos lo de la dieta y la pirámide de los alimentos porque es que de poco importa que sepan todos los órganos y cómo funciona cada uno de los sistemas si luego no saben hacer una buena dieta no?, que entiendan lo de la pirámide de los alimentos es muy importante.

Y bueno, la vendimia la trato desde el punto de vista de la nutrición, es decir, trato el líquido como alimento, además, les hacemos diferenciar lo que es el mosto, que sí se puede, el zumo, el mosto del vino, eso sí que se lo hago diferenciar.

También le doy importancia a la repercusión de la nutrición en el medio, me parece un tema sumamente importante hoy en día, de hecho, les hablo de la repercusión de la captación de los alimentos de la expulsión de los residuos, de todo eso.

Pues, destrezas, aprender a no utilizar tóxicos (bebidas alcohólicas) desde pequeños o a utilizarlos con cierto control, porque a veces empiezan a beber, aquí, 12 años, no muchos, pero hay niños que sí y hay que indicarles que eso es perjudicial para sus órganos, para su rendimiento y para su salud en general. Y luego a saber utilizar de la pirámide de los alimentos, alimentos de todo tipo y en la cantidad, yo les insisto muchísimo en que la pirámide es pirámide porque de los de abajo hay que comer más y cada vez que sube hay que comer menos cantidad de cada uno de los alimentos, lo cual favorece una nutrición adecuada.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Las costumbres alimenticias son bastantes dispares. Hay niños que están bien cuidados pero hay niños que no, hay niños que no están nada cuidados en el sentido de que meriendan mal, no prueban una verdura ni por equivocación, no les gustan y ya nadie se molestan en que las prueben, pero vamos, que no son todos, hay niños que están bien cuidados. La generalidad es que el pescado y la verdura no lo toman. Y las frutas menos, pero tampoco. Carne y bollerías es lo que más comen, todos en general. Es difícilísimo mentalizar a las madres de que no pueden mandarles el bollito de turno. Y aunque en infantil insisten bastante, normalmente al llegar a primaria tienes que volver a empezar porque como que separan a infantil del resto.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Vamos a ver, en el libro de texto hay la teoría, la teoría de la alimentación, ahora últimamente con el rollo de las competencias básicas a veces vienen ejercicios buenos pero vamos, hasta este año que se hicieron esto de las competencias básicas, te tenías que buscar la vida eh?.

Yo también utilizo internet para buscar cosas y otros textos. Y a veces en revistas que regalan en la farmacia y eso, pues a veces tienen cosas interesantes, yo ya cogí alguna con tema de nutrición, de la pirámide... Aunque bueno, la pirámide suele venir en el libro, pero bien explicada no te creas, incluso la Xunta tiene editada una pirámide, y en internet, en Andalucía hay un tema sobre nutrición, averroes, muy bueno.

La editorial es la vicens-vives, del año 2006.

A mí me gusta mucho, muy plástico, muy bien... Trata todos los contenidos sobre el ser humano, los animales, los vegetales, la reproducción, la nutrición... Pero en realidad, lo que es la alimentación lo trata como general. Donde se trata más la nutrición es en 4º, porque aquí, aquí, vamos a ver, la alimentación, la nutrición, la respiración, la circulación y la excreción... lo hace como eh, englobando, a ver, que yo te explique... en cambio, en 4º, se estudia la dieta, se estudia... entran a lo mejor, más en detalles... mira, "nos alimentamos", entonces estudian la alimentación como nutrición, pero como respiración, como se alimentan..., ves, mira, como nutrición, el aparato digestivo, los cuatro aparatos..., la respiración, todos juntos, y como cada una de las tal, ves, la higiene, la respiración, y luego la circulación.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Lo trato todo, si eso amplió, amplió porque con el tema de la vendimia y eso, pues siempre tienes que buscar alguna información más para darles que en el libro no viene, además que les viene genial eh?.

A veces también confeccionamos una dieta entre todos, o por grupos, de forma que la podamos plasmar en un papel o mejor dicho en un mural, y luego la colgamos en el colegio, en los pasillos, para que todos la vean y así pues puedan tomar conciencia.

También amplió, como ya dije antes, la repercusión de la nutrición en el medio, más que nada digo que amplió porque en el libro no aparece y a mí me parece un tema importante, de hecho, les hablo de la repercusión de la captación de los alimentos de la expulsión de los residuos, de todo eso.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

A mí este me gusta, sí que está adecuado, y además, aunque hay gente a la que no le gusta cómo organizan las actividades y otras cosas, pero a mí me gusta como viene todo planteado.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Pues ampliamos siempre la utilización del alcohol, eso lo vemos siempre con niños de 11 ó 12 años, para que vean sus perjuicios. Incluso hicimos una web sobre el tema de la vendimia (pero ya está desactualizada).

A veces también hacen alguna comida o así.

Para tratar el tema de la repercusión en el medio, yo lo que les hago es, bueno, les explico cuáles son esas repercusiones, que si sobreexplotamos la Tierra, que nos estamos cargando los peces, etc, y entonces les enseño una manera de reciclar y es haciendo compost, eso lo hacemos en el colegio; todos los residuos orgánicos que ellos generan en el colegio, los depositan en una cubeta que hay fuera y con el paso del tiempo pues vemos los frutos, claro está. También separamos el resto de residuos que se generan, plásticos, papel, etc, de los envoltorios de los bollitos que traen ellos al recreo, y los depositamos en los contenedores. Todo esto intento inculcárselo.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Yo siempre hablo con los niños, tú que comes, después, dependiendo lo que te digan, esto tiene tal problema, tiene este otro problema, si comes tal puedes engordar más que si comes otra cosa, esas cosas... y luego ya, yo normalmente les hago leer el libro, es decir, parto el tema en varias partes, pues hoy vamos a estudiar esto, hablamos y toda esa historia, y entonces hablamos de un tema y

leemos la parte que corresponde porque si no no lo leen; si tú les das o les subrayas, van a eso, lo estudian y ya está, pero no se preocupan de nada más. Entonces lo que hago es hacerles leer, comentamos, volvemos a leer otro poquito o hacemos ejercicios, eso depende. Leen todos, es decir, una persona lee en alto y si atienden y están atentos, pues procuro que lea el que lee mejor para que tal, si veo que hay niños que no atienden, digo yo, mira, perdona, fulanito lee para que atiendan. Yo hago así.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Hombre, siempre selecciono porque tienen muchas actividades. Les mando hacer el resumen de cada tema. Esto que viene al final (esquema de la pág. 36) también me gusta, pero no se lo dejo copiar, si no que lo tienen que hacer ellos, yo les doy unas claves y ellos lo tienen que hacer, pero un poquito más extenso, porque aquí viene tan poco que casi no es nada. Esto se lo mando hacer. Y luego esto de completar (pág. 36) o algunas actividades, dependiendo, escojo eh?. Por ejemplo, de la pág. 21 hago todas (1, 2, 3, 4, 5, 6),

Las actividades del final, como son una especie de repaso de todo el tema, son las que siempre les mando hacer (pág. 38 ejercicio 1, 2, 3, 4; pág. 39, 5, 6, 7, 8; pág. 40, 1, 2, 3, 4; pág. 41, 5), porque ya me sirve para repaso de lo que acabamos de dar.

Y al final, todas estas actividades, sobre todo en este tema que es complejo, si es que me da tiempo, lo que hago es que en vez de hacerlas en el cuaderno, lo que hago es mandarles hacerlas en folios y luego hacemos un mural, vamos haciendo un resumen del tema. Es decir, partiendo de las actividades, lo que hago es hacer un resumen del tema en forma de mural.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Las actividades del final, no por nada, pero es que como son una especie de repaso de todo el tema, pues son las que mejor sirve para aprender (pág. 38 ejercicio 1, 2, 3, 4; pág. 39, 5, 6, 7, 8; pág. 40, 1, 2, 3, 4; pág. 41, 5) y porque ya me sirve para repaso de lo que acabamos de dar.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

A veces no utilizo todas, por ejemplo, a veces, estas preguntas ya las vamos haciendo orales, es decir, leemos esto, pues para que lo entiendan, yo les digo, a ver, qué leíste, las glándulas salivares dónde están o para qué sirven, porque ya lo leyeron y yo les pregunto. Por eso, yo estas actividades que sólo consiste en responder algo que ya viene dado en el libro y que acabamos de leer, pues yo no las hago, porque si no es sobrecargar. Concretamente, página 21 (2, 3, 4, 5, 6), página 23 (2, 3, 5), página 25 (1, 2, 3), página 27 (4, 5, 7), 29 (5), 31 (3), 33 (1), 35 (2, 3, 4)

Otras que también dejo son las de ciertos experimentos que ponen al final, porque a veces no hacen falta y además que se distraen, montan un follón que no veas, y por no perder más tiempo, por ejemplo de la página 37 (1). Si eso se lo mando hacer en casa los experimentos, porque a veces pierdes mucho tiempo, si los niños se comportasen...

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Voy partiendo, osea, yo voy escogiendo las del final vamos dando, osea, si damos el aparato digestivo pues ya mando hacer estas, voy incluyendo. No espero al final del tema para mandar hacerles este repaso, si no que a medida que damos un

apartado, les mando hacer la actividad correspondiente con ese apartado que aparece en el grupo de actividades del final del tema.

Para casa planteo los experimentos, casi siempre los mando para casa. Las actividades a veces las tienen que hacer en casa porque es que si explicas, si explicas, y a mí me gusta explicar, a mí me gusta que me escuchen porque eso les ayuda a que comprendan el texto, entonces como no da tiempo a todo, pues alguna las mando para que las hagan en casa. Por ejemplo, si al final del tema, en las actividades de repaso, no encuentro ninguna que me guste, pues les mando las preguntas esas orales de las que hablamos, pues las que se correspondan con el apartado que acabamos de dar, pues que las hagan en casa. Pero a mí no me gusta mucho mandar actividades a casa porque los niños que lo hacen... hay niños que tienen mucha ayuda, que se lo hacen los padres, porque a lo mejor viene todo maravilloso pero es que se lo hizo su mamá y a mí eso evidentemente no me vale, osea que eso tienen que ir viendo cómo te responde el muchacho.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Los murales por ejemplo los hacemos en grupo. Y también solemos hacer una pirámide de los alimentos en grupo. El resto son individuales. Bueno, las orales se podría decir que también son en grupo, aunque que responde siempre es uno a uno. Pero siempre depende de los grupos, porque si me toca un grupo "malo" pues no me permite hacer todas estas cosas porque no me da tiempo.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Las actividades, yo, si las hacen en clase las corrijo al momento, porque les dejo... a ver, voy a utilizar una palabra rara, interacciono con ellos, es decir, constantemente me preguntan, yo les contesto, si no entienden me preguntan, entonces voy corrigiendo, si no te da tiempo y las actividades tienen que venir hechas de casa, lo que suelo hacer es al ir haciendo las actividades ir corrigiendo lo que hicieron en casa.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Sinceramente, dificultades dificultades, serias, tampoco encuentro, porque las actividades que propone el libro son muy sencillas, la mayoría se encuentra la respuesta buscando un poco en el libro, y tampoco mucho eh, no creas que se tienen que esforzar mucho. Quizás, en la de la página 38 el 2, pues pueden tener alguna dificultad, porque a ellos el tema de confeccionar dietas les resulta un poco lioso, no suelen saber qué alimento va en un sitio y cual en otro.

También la de la página 36, la 6, porque a nivel celular ellos se pierden un poco.

Las actividades que les resultan más sencillas, a ver, seleccionar, dibujar, y eso, a ver, a veces no es tan fácil. Por ejemplo, de la página 38 el 3, que sólo es copiar un dibujo, pues es sencillo, o de la página 40 la 1 y la 2, también es sencillo.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

Sí, sí, sí. No demasiadas, pero sí. Mira, hacemos la vendimia, que la hacemos en el laboratorio, y les enseñamos todo el proceso, desde el pelar la uva, sembrar la semilla, todo eso.

Tenemos de la intranet tenemos cosas del aparato digestivo, tenemos juegos del aparato digestivo y de los demás aparatos en los que te van explicando todos los órganos y claro los niños se divierten porque es muy entretenido, pero a la vez, sin ellos mismos darse cuentan, están aprendiendo una barbaridad sabes?. Yo también bajé de "Averroes de la Junta de Andalucía" bajé un pdf que es una pasada. Tenemos otros documentos sobre alimentación, que a veces los utilicé, pero es que son mucho más áridos y difíciles de leer, no vale la pena tratarlos con los alumnos cuando hay otros materiales que son mucho mejores.

También confeccionamos dietas o la pirámide nutricional y la plasmamos en un mural.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Porque son más activas, normalmente, es igual que ahora vamos a sembrar pimientos, bueno, pues es simplemente para que vean el proceso; en la vendimia igual, primero estudiamos la uva, vemos como es el racimo, de vez en cuando hacemos el proceso entero, vamos a recoger uvas a un viñedo... todos los años no porque depende del grupo que te toque y de las ganas que tengas tú.

Y con los powerpoints, los pdf o los juegos, pues ocurre lo mismo, yo creo que sirven para que ellos se sientan más motivados, más atraídos por el tema, que lo vean con lo que están jugando pero aprendiendo, porque si no, se aburren y no hacen nada.

Pues por ejemplo lo de la dieta la hacemos para que tomen conciencia de lo que deben hacer con su alimentación, que no vale comer de todo, que eso no es bueno, que las grasas no son buenas, etc.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Vamos a ver, a veces coinciden cuando estudiamos la nutrición, me refiero a lo de la vendimia o los pimientos, pero otras veces no, me entiendes?, dependiendo del curso. La vendimia la hacemos religiosamente todos los años, pero, pero, siempre podemos, yo por ejemplo, siempre procuro hacer cuando la nutrición, algo, lo que sea, aunque sea pues una dieta y la hacemos con papel o lo que sea. Algo a mayores siempre algo, siempre hacemos algo, cuando estamos dando la nutrición, pero las solemos hacer o durante el tema o al final, casi siempre vamos.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Participamos y ya está, en esas que se hacen en gran grupo se participa y punto. No lo tengo en cuenta.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Pues que a veces no entienden todo, pero como, por ejemplo la vendimia, a veces no la entienden, pero a lo largo de toda la Primaria, pues al final sí que lo entienden

perfectamente. A los de 5º siempre los tenemos un poco aparte y les hablamos más en serio de todo, de lo del alcohol y todo eso.

Vamos a ver, tienen dificultades con todo lo que tiene que ver con confeccionar las dietas no?, y, y, y, mentalizarlos de lo que tienen que comer, y el rollo de los dulces, el rollo de los bollos, pero eso ya no lo trabajamos a nivel clase, no, ya lo trabajamos a nivel de colegio, no, eso ya va desde Infantil, que habíamos hecho una campaña que hace tiempo que no la hacemos y que hay que volver a hacerla, en la que proponíamos a los padres que para las meriendas le proponíamos el lunes una cosa, el martes otra, el miércoles otra...porque muchos te dicen, es que no sé qué mandarles, entonces les decíamos y así ya lo tenían hecho, un día pan con chocolate, otro día tal cosa, otro día otra, no sabes?. Vamos, que lo peor de todo es lo de la dieta, lo de mentalizarlos, lo de la de que tienen que comer verduras, pescados...

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Pues, vamos a ver, dependiendo del curso, por ejemplo, en 5º hacemos lo de los aparatos y el aparato digestivo y la nutrición, 2, más no.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Sí, sí, controles, sí, hago uno por unidad, eso sí que lo hacemos.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Claro, hacemos una prueba específica para la nutrición humana, hacemos un control por unidad.

Pues los controles los hacemos cuando finalizamos el tema; una vez que se tiene toda la materia dada y los ejercicios corregidos del libro, pues se evalúa ese tema.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

No, nunca lo mezclo, yo hago exámenes por temas, hago controles, del tema 1 un examen, del tema 2 otro examen, así hasta el final.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Vamos a ver, hablamos de lo de la dieta no?, la pirámide de los alimentos y la clasificación de los alimentos, además de lo de la pirámide, un poco para, para...

La metodología que utilizo en cuanto a las preguntas es variada. Desde una con flechas, le pones la pirámide en blanco para que dibujen los alimentos que se corresponden en cada lugar, pero siempre ayudándole, siempre meto algún alimento y que ellos completen el resto. Una con flechas, completar frases, y también preguntas abiertas, un poco más largas, para que ellos desarrollen como por ejemplo, a veces yo les pregunto ¿qué es el aparato digestivo?, por ejemplo, o les digo, explícame cómo funciona el aparato digestivo o explícame para qué sirve el hígado...de este tipo.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

Es difícil explicarles, a mí me resultó difícil explicarles en el proceso de la digestión la conversión del alimento en las sustancias nutritivas, en los nutrientes, eso sí que les cuesta trabajo entenderlo, porque les parece eso que como el cambio que se hace y tal no sabes?

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

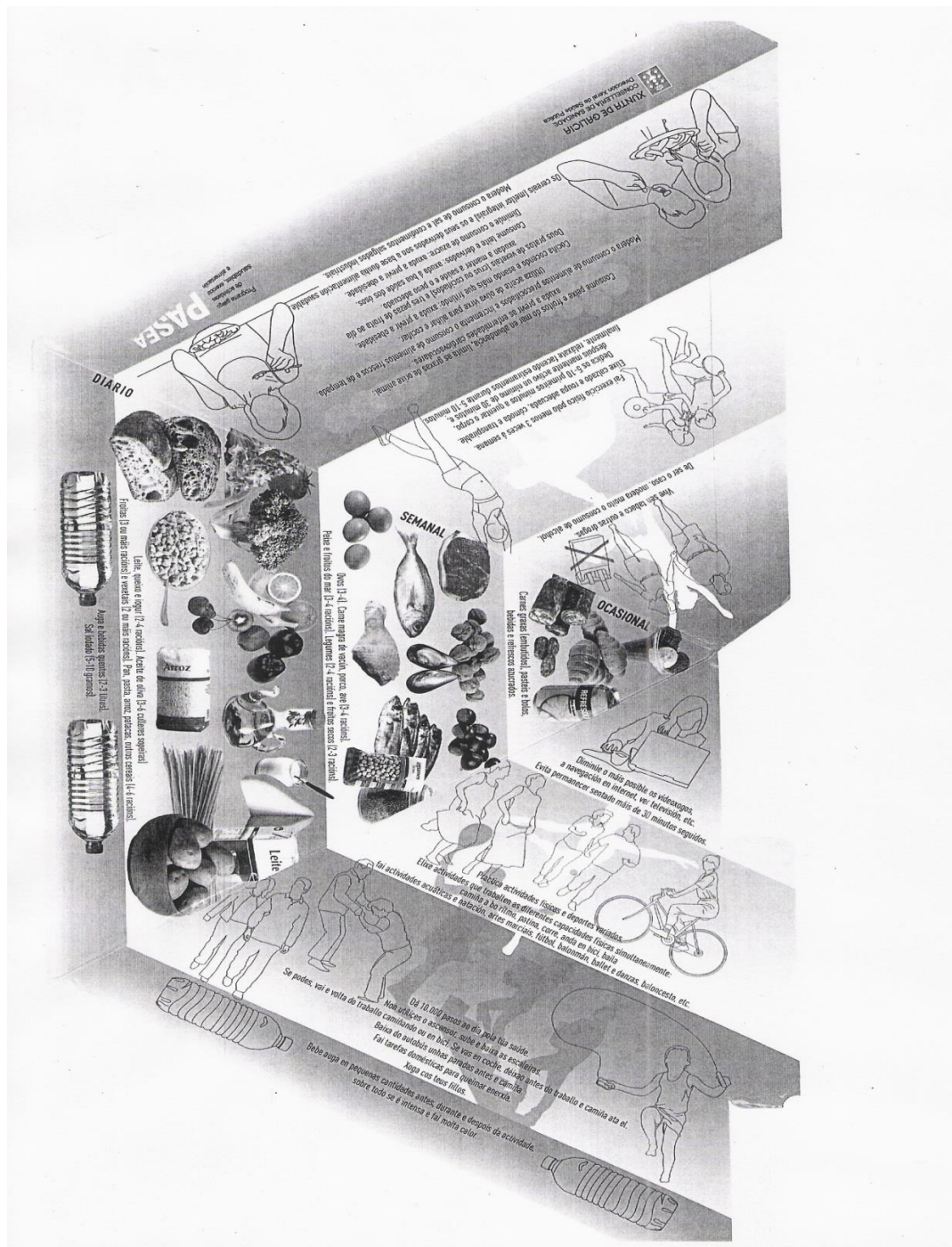
Vamos a ver, las tienes en cuenta porque tú cuando calificas tienes en cuenta, porque ya lo sabes, ya los conoces a lo largo del curso, y lo tienes en cuenta. Si te sale un examen muy bueno pues a veces dices, uy, memorizo mucho y le haces algunas preguntas y a veces pues ya sabes no?, yo tengo en cuenta lo que hacen los niños en clase, sí.

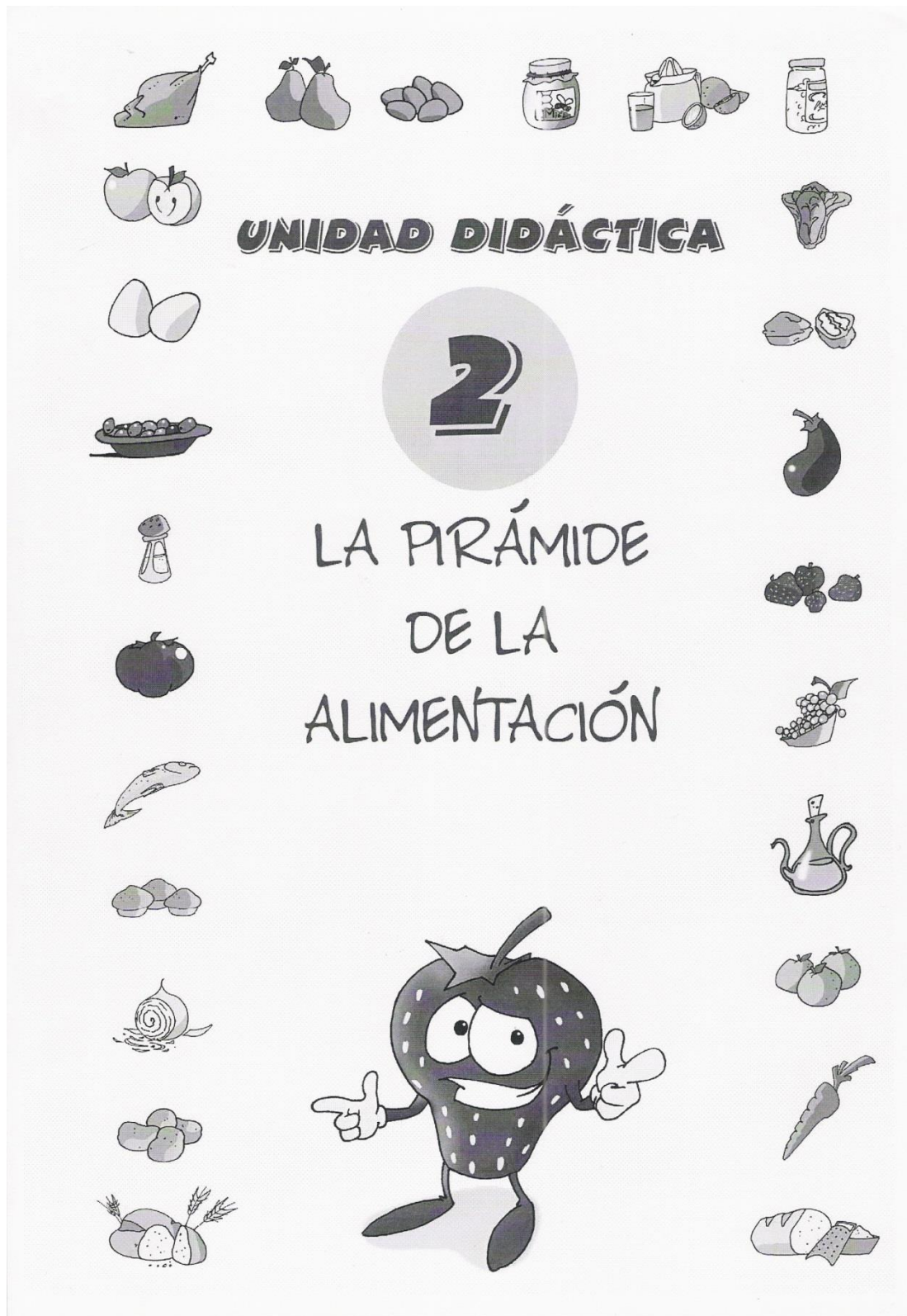
Mira, valoro que lo entiendan eso es lo primero, que lo que hicieron lo hayan entendido conceptualmente. También valoro que lo traigan hecho, evidentemente, y bueno, la limpieza también, lo que pasa es que hay niños que son guarros, guarros.

El examen de evaluación, evidentemente que lo tengo en cuenta, claro, es un tanto por ciento de la nota. Quizás un 50%.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

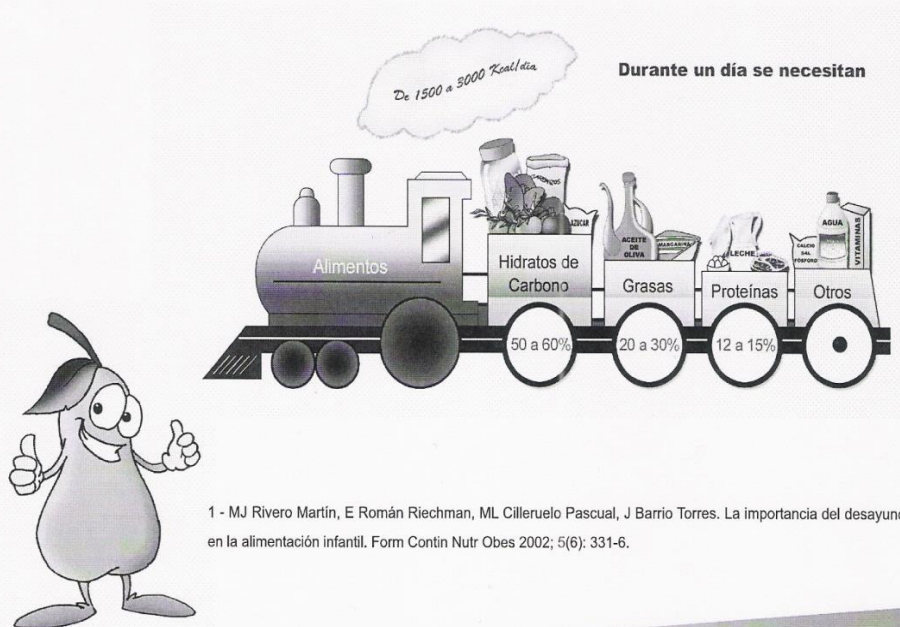




INTRODUCCIÓN. LA PIRÁMIDE DE LA ALIMENTACIÓN.

El concepto de pirámide alimentaria se introdujo en 1992, cuando el Departamento de Agricultura de Estados Unidos publicó una guía gráfica intentando reflejar de una manera sencilla, las relaciones cuantitativas y cualitativas entre cinco grupos de alimentos, de la base al vértice: pan, cereales y pasta; hortalizas; frutas; leche, yogur y queso; carne, pollo, pescado, legumbres, huevos y frutos secos, y grasas, aceites y dulces, siendo el vértice el área de restricción y limitación.

La pirámide alimentaria se basa en la variedad y flexibilidad (permite una amplia selección de alimentos dentro de cada grupo sin establecer una preferencia determinada y ajustándose al tipo de vida de cada individuo) y en la proporcionalidad, reflejada por el equilibrio cuantitativo y la limitación y restricción de unos alimentos con respecto a otros. Constituye un método excelente como patrón didáctico para la enseñanza y recomendaciones al consumidor, ya que es práctica y además se expresa de forma gráfica. Todos los grupos de alimentos se encuentran representados en la pirámide, constituyéndose diferentes bloques para la elaboración de una dieta sana y equilibrada. Es importante señalar que los alimentos de un grupo no pueden reemplazar a los de otro¹.

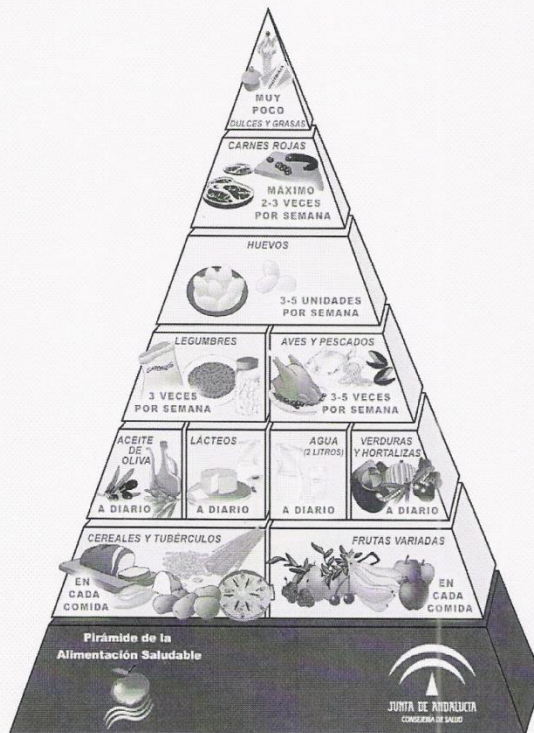




LA PIRÁMIDE DE LA ALIMENTACIÓN

Es la representación gráfica de las raciones recomendadas de consumo de cada grupo de alimentos en un determinado periodo de tiempo (diario, semanal). Es la mejor guía cualitativa y en ella queda patente que la base de la alimentación son los cereales, tubérculos, hortalizas, frutas y legumbres (carbohidratos) junto con la leche y derivados (base de la pirámide).

Pirámide de la Alimentación Saludable con expresión de la frecuencia de consumo semanal



Como fuente de proteínas animales, además de las lácteas, se recomiendan las procedentes del pescado, carnes blancas y huevos. Las carnes rojas deben estar presentes sólo con frecuencia semanal/quincenal.



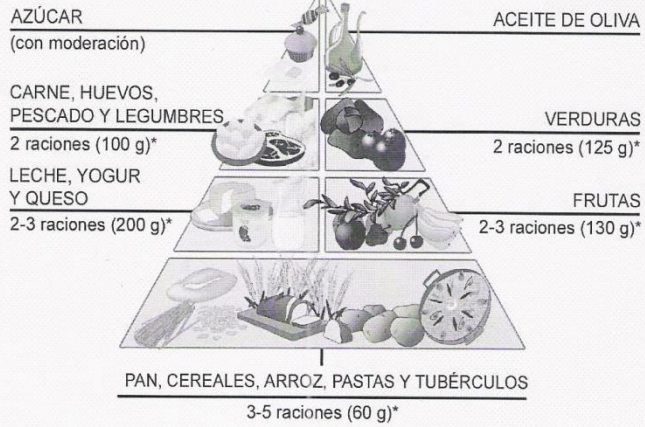


Otra representación gráfica de las raciones recomendadas es la pirámide de la facultad de Medicina de Reus de la Universidad de Barcelona.



Pirámide de frecuencia de consumo diario

PIRÁMIDE NUTRICIONAL ADAPTADA A LA DIETA MEDITERRÁNEA.



(*) RACIONES RECOMENDADAS PARA ADULTOS (g por ración)



LA DIETA MEDITERRÁNEA

Es el mejor modelo de dieta equilibrada reconocido por la comunidad científica internacional y coincide con la dieta tradicional española.

Se caracteriza por:

- Consumo abundante:
 - Cereales: pan, patatas, arroz, pasta.
 - Leguminosas: garbanzos, judías secas, lentejas.
 - Pescado, frutas y verduras.
 - Frutos secos.
- Fuente de grasa:
 - Aceite de oliva.
- Consumo menor de carnes y grasas animales.
- Consumo muy moderado de vino en comidas (sólo adultos).
- Consumo de algunos ingredientes saludables como el ajo.

Esta dieta reduce la mortalidad cardiovascular de la siguiente manera:

- Una disminución del colesterol-LDL y de su oxidación mediante la grasa monoinsaturada (aceite de oliva y frutos secos) y los polifenoles que contienen las frutas y verduras.
- Una disminución de la coagulabilidad sanguínea (ácidos grasos de la serie omega 6 y ácidos grasos monoinsaturados).
- Un aumento del colesterol-HDL asociado a un consumo discreto de vino.





- Una disminución de la tensión arterial y de los niveles de triglicéridos gracias a los ácidos grasos poliinsaturados de la serie omega 3 (grasa del pescado).

- Un aporte generoso de antioxidantes y fibra dietética.



DECÁLOGO DE LA DIETA EQUILIBRADA

Existe evidencia científica de que el modelo alimentario es el principal factor determinante del nivel de salud a nivel individual y colectivo. En el contexto de la Salud Pública la alimentación es, sin duda, la mejor herramienta de promoción de la salud. Debemos recordar que los hábitos alimentarios son un hecho cultural y social que precisa una tendencia secular de adaptación al hábitat desde el punto de vista antropológico y de salud.

Sobre este marco general de conceptos, el comité científico de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)- III Workshop Internacional de Nutrición (OMS) establece como elementos favorables para la estructuración de una alimentación saludable los siguientes puntos:



1. Ajustar el gasto y la ingesta energética para la consecución de un balance compatible con el mantenimiento de un peso deseable.
2. Armonizar la distribución porcentual de la dieta a partir de los distintos nutrientes.
3. Obtener una mejora del perfil lipídico de la dieta estimulando un claro predominio a partir de ácidos grasos monoinsaturados, incorporados principalmente a partir del aceite de oliva.
4. Introducir modificaciones para mejorar el perfil hidrocarbonado, favoreciendo el predominio de hidratos de carbono complejos.
5. Moderar la frecuencia del consumo diario de alimentos azucarados a menos de 4 ocasiones por día.
6. Como objetivo intermedio, se recomienda un consumo diario de verduras y hortalizas igual o superior a 250 g, considerando al menos una porción en forma de ensalada. Del mismo modo, el aporte diario recomendado para las frutas se establece en una cantidad igual o superior a 400g/per cápita/día.



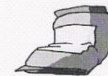
7. Se insiste en una moderación en el consumo de bebidas alcohólicas permitiéndose el patrón mediterráneo de consumo de pequeñas cantidades de vino coincidiendo con las comidas.
8. Incorporar a los hábitos diarios la práctica de ejercicio suave, moderado, con un tiempo de dedicación diaria igual o superior a 30 minutos.
9. Del mismo modo, se recomienda a las instituciones públicas la puesta en marcha de programas que mejoren las habilidades y el grado de autonomía individual, para la elección y preparación de un modelo alimentario saludable, estableciendo como primer nivel de prioridad la actuación en personas de entorno social desfavorecido.
10. Incorporamos también la necesidad de que se pongan en práctica medidas globales para la protección y recuperación de la cocina tradicional (patrimonio gastronómico) como fuente de riqueza cultural, organoléptica de salud.



EL PROBLEMA DE LA INGESTA EN EXCESO

En los países desarrollados, el problema principal actualmente no es la carestía de ningún nutriente, sino su ingesta excesiva. Los ejemplos más claros son los siguientes:




- La relación entre la obesidad y la ingesta de un exceso de calorías.
- El consumo de sal y grasa saturada y su relación con la hipertensión arterial y las enfermedades cardiovasculares.
- El consumo de proteínas animales y de grasa en exceso y su relación con el cáncer de colon y de mama respectivamente.
- La caries dental y el abuso de azúcares de absorción rápida.



ACTIVIDADES

2.3.11. El menú del día.




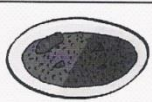




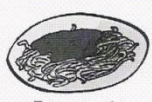




Demuestra lo que has aprendido y dibuja sobre los platos un menú saludable según tus gustos, escribe a su lado el nombre del plato, el tipo o los tipos de alimento que lo componen y los nutrientes que aporta al organismo.

Primer Plato	
	Segundo Plato
Postre	

ACTIVIDADES

2.3.12. El menú de la semana.

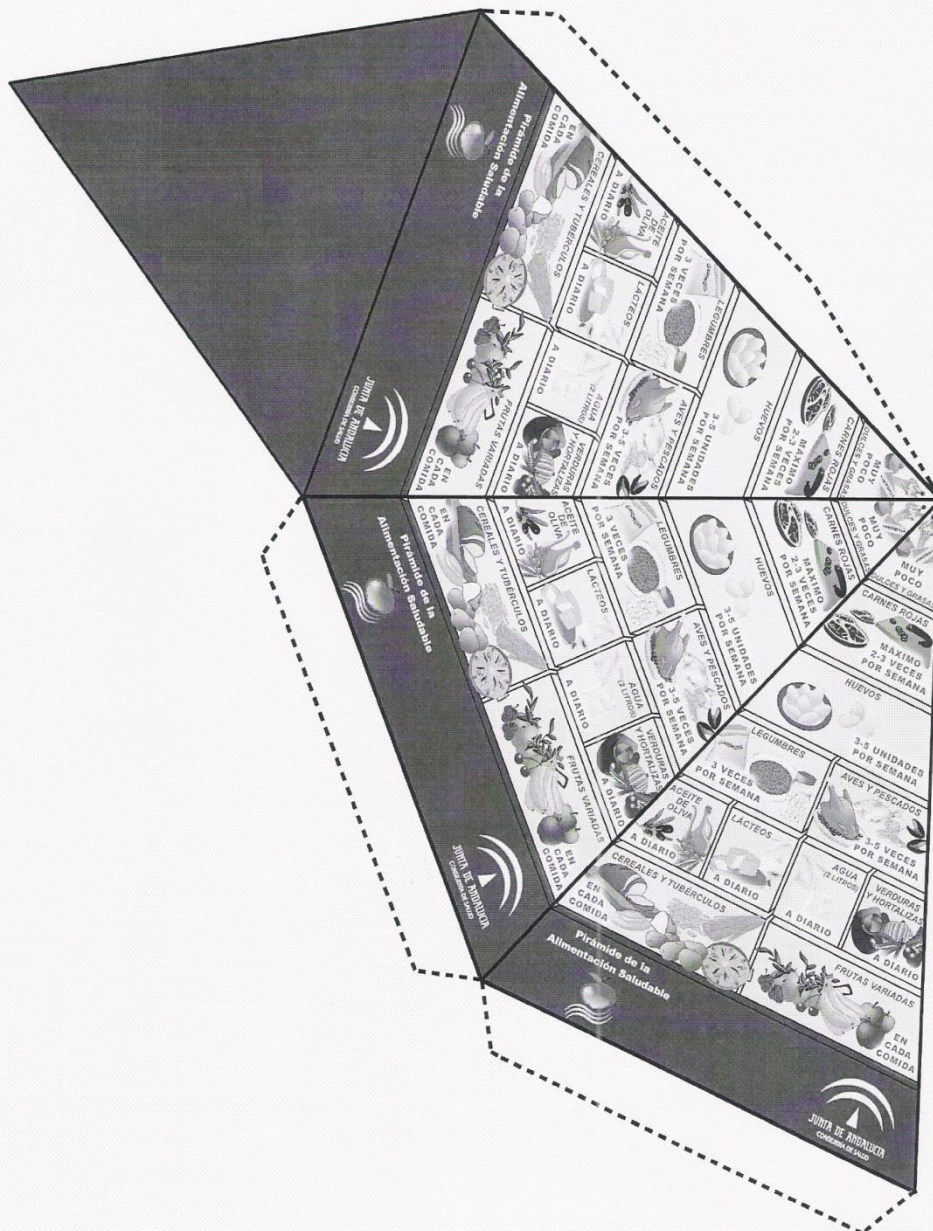
En función de un menú equilibrado y sano para cada uno de los días de la semana, trabajar los gustos personales insistiendo en los rechazos de los niños ante determinados alimentos.

	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
LUNES	 Arroz con tomate	 Filete empanado y ensalada	 Pera
MARTES	 Lentejas	 Pescado con ensalada	 Naranja
MIÉRCOLES	 Sopa de fideos	 Pollo asado con patatas	 Yogur
JUEVES	 Espaguetis con tomate	 Albóndigas con verduras	 Plátanos
VIERNES	 Crema de verduras	 Tortilla de bonito con patatas	 Flan

ACTIVIDADES

2.3.14. Pirámide de la alimentación.

Recorta y construye una Pirámide tridimensional.



2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Solo las preguntas de exámenes del apartado I.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 3

Experiencia docente: entre 1 y 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

A ver, la nutrición humana la trabajo en la primera evaluación normalmente, con la parte de naturales, que son los primeros temas y es lo primero que aparece. Y en el caso de 6º es el último tema del cuerpo humano. Le dedico normalmente entre 6 y 9 sesiones, depende de si los llevo al aula de informática o no. Más o menos suelen ser esas sesiones, de una hora cada una.

Pues en general, dentro de la nutrición a todo, la verdad es que tanto... que conozcan los órganos que se utilizan, que intervienen en la nutrición, y también a todo lo que está relacionado con la nutrición, la alimentación, tipos de alimentación, los componentes, todo...

Posiblemente que todo el organismo está relacionado, que no pueden separarse ninguna parte del organismo para realizar la nutrición, y... bueno, qué función hace cada uno de los órganos en cada momento... osea, que tengan... en principio lo que pretendo es que ellos sepan al principio del tema, que la idea que ellos tienen de cómo está por dentro y la idea final de que al final todo está relacionado, que todo tiene un sentido, que todo lo que ellos estudiaron anteriormente sobre el corazón, la respiración, la circulación... todo está relacionado con la nutrición. Y después, evidentemente, que a la hora ellos se planteen por ejemplo un menú pues que sepan lo que es bueno para ellos y que lo introduzcan en su dieta, aunque no les guste. Todo lo de la dieta equilibrada lo tengo muy en cuenta, y lo digo porque ya tuve problemas con eso, porque ha habido algún padre que ha dicho que eso va a crear un trauma en el niño, entonces siempre intento desde el punto de vista de que ellos lo vean como algo normal.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Pues en principio con la de que ellos comen, mastican y eso llega al estómago, y que el resto del organismo no funciona, no tiene nada que ver. De hecho, yo al principio del tema, del tema de la nutrición les mando que hagan un dibujo de cómo se imaginan ellos por dentro, y... osea, los aparatos están ahí, como flotando, no tienen muy claro dónde está todo y si tiene que ver el estómago algo con el intestino, si la digestión sólo tienen que ver con que ellos comen y expulsan...

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Voy alternando, por ejemplo, utilizo el libro pero también he utilizado alguna página web o algún power point. La página web utilizo aula abierta (<http://encinas.lacoctelera.net/post/2008/11/19/la-nutrici-n>).

Utilizó SM de Planeta Amigo, del año 2007.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Más bien amplió los contenidos. No sé, amplió de todo un poco, tanto de los sistemas, de los órganos, de las funciones, sus nombres...no sé, de todo. Que sepan que todos los sistemas están relacionados, bueno, que busquen la relación entre todos los sistemas, que uno lleva al otro, sabes?.

También amplió el tema de órganos del sistema circulatorio y del sistema urinario, ya que me parece muy importante que los conozcan ya que son unos de los sistemas más importantes.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

No, yo diría que al nivel que están ellos están bien sí. Trata los contenidos adaptado al nivel de los alumnos. No se mete en aspectos que para los niños son difíciles de entender. Aunque podría profundizar más aspectos como los que mencioné antes, pero bueno, eso creo que todos los profes pensamos lo mismo, es decir, siempre que un tema lo consideramos muy importante, pensamos que esos contenidos deberían ser más extensos y viceversa.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Sí, algunos sí, porque a lo mejor me apetece explicar algo más de lo que hay ahí, para que lo tengan un poco más claro, entonces sí que les aumento, pues a lo mejor, dentro del organismo resulta que el año pasado han dado partes del estómago pero no han visto cómo se llaman los órganos de entrada y salida de sustancias no?, entonces aprovechando que he utilizado otros medios que ahí sí salía, pues sí que se lo he ampliado. Les he indicado que los nutrientes sirven para obtener materia y energía, a la vez que eliminamos desechos, que parece que en el libro viene más cojo.

También del sistema respiratorio les insisto, completando lo que viene en el libro, en temas relacionados con los órganos, las funciones, para qué sirven...

Pero quizás lo que más amplió es lo de la dieta equilibrada, porque le doy muchas importancia, pues que conozcan los diferentes tipos de alimentos, la pirámide, que la conozcan bien, que sepan qué significan las cosas que allí aparecen, etc.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Pues eso, empiezo siempre que ellos me dibujen cómo se imaginan el cuerpo humano y a veces incluso les dijo que me dibujen cómo se imaginan lo que pasa

cuando comemos una manzana, cómo llega al final, qué es lo que pasa, que me cuenten de qué va. Después tratamos los contenidos del libro. Y cada vez que terminamos la parte teórica, hacemos las actividades. Antes de empezar a tratar los contenidos el día siguiente, corregimos las actividades del día anterior.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Normalmente hago todas eh?, sí, normalmente las actividades sí que las hago todas porque son cosas muy concretas y les sirve para repasar cada página, las que hayamos dado en ese momento, aunque yo por ejemplo este año después de utilizar, bueno, lo he visto con el powerpoint y a lo mejor lo he hecho mucho más rápido, pero las actividades las hago todas. No hay así ninguna... a lo mejor les quito alguna que puede ser de estas de ampliar, pues estas a lo mejor si no me da tiempo se la quito; por ejemplo, estas de la digestión, las últimas que eran de ampliar (las de la página 65, 8, 9, 10, 11, 12)), pues no me dio tiempo y no las hemos dado, pero normalmente las hago todas. Estas de la página 65 este año no me dio tiempo, así que estas no se utilizaron. Otras veces sí que las utilizó eh?, de hecho en otros temas, las de ampliar, sí que las he utilizado, pero este año por falta de tiempo pues me han quedado sin ver y no las he utilizado. Esto lo hemos hecho, lo del pulso (página 65, 13), porque estas más bien son de repaso. Estas que aparecen aquí todas (página 66), no quito ninguna, les mando hacer dibujos igual.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Hombre, importantes yo considero las que ellos son capaces de hacerlas por sí mismos. A ver, el libro trae todo tipo de actividades, pero que luego tú les plantees un trabajo y sepan relacionar diferentes temas o analizarlo, pues eso es lo más importante. En definitiva, a las actividades que más importancia le doy son a las de relacionar y a las de analizar.

Pues yo lo que pretendo con ellas, básicamente es que consigan los conocimientos que plantean y que vamos a ver lo que vayan haciendo que lo vayan asimilando, que no lo vean sólo como chapar para un control y ya está. Osea, que si yo mañana les hablo pues del cuerpo humano, que no tengan que volver a verlo todo como si nunca lo hubiesen visto.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

No hay así ninguna... a lo mejor les quito alguna que puede ser de estas de ampliar, pues estas a lo mejor si no me da tiempo se la quito; por ejemplo, estas de la digestión, las últimas que eran de ampliar (las de la página 65), pues no me dio tiempo y no las hemos dado, pero normalmente las hago todas. Estas de la página 65 este año no me dio tiempo, así que estas no se utilizaron. Otras veces sí que las utilizó eh?, de hecho en otros temas, las de ampliar, sí que las he utilizado, pero este año por falta de tiempo pues me han quedado sin ver y no las he utilizado.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?,¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Pues según vamos avanzando, a lo mejor en cada sesión hacemos una parte teórica y de esa sesión ya hacemos la parte práctica, a continuación, después de hacer la teórica. Pero antes de exponer la parte teórica, lo que hacemos es corregir las actividades que hicieron el día anterior. Es decir, la secuencia didáctica que sigo diariamente es: corregir, hacer actividades para detectar las ideas que tienen los niños, explicar y hacer actividades.

Yo normalmente lo hago todo en clase. Para casa les mando si por ejemplo no han acabado un trabajo y lo he corregido ese día, pues entonces a quienes les quede sin terminar, si hay a alguno que le queda, pues lo terminan en casa, pero normalmente los hacen en clase.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

En principio individualmente todas, pero claro, entre ellos hablan y comentan, qué dificultades tiene la pregunta de aquí, la del compañero... Pero bueno, yo les mando hacerlas individualmente.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Al día siguiente. Yo se las mando hacer en clase, después de explicarles la parte teórica. Las hacen, y después, al día siguiente, antes de empezar con la sesión teórica, pues corregimos las actividades que hicieron el día anterior en clase.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

La verdad es que dificultad tienen, sobre todo, en aquellas que les indican que..., aquellas en las que la pregunta es más de relacionar expresando lo que se les pide. Por ejemplo, si les preguntan “explica qué aparatos están implicados en la nutrición y qué función desempeña cada uno de ellos” (página 57, ejercicio 1 y 3)... después te empiezan a preguntar... y tenemos que explicar que es lo que hace cada uno, osea, depende de cómo planteen la pregunta en lo de explica, pues te vienen a preguntar qué es lo que tienen que poner, si lo tienen que explicar. Entonces, todas esas preguntas que son de explicar, de eso... y si les pones una pregunta de relacionar sí que les cuesta más. Lo que no encuentran directamente en el texto, y ellos se tienen que esforzar para interpretar la respuesta, pues les cuesta mucho (página 61 ejercicio 2 y página 63 ejercicio 1 y 2).

Más sencillas les resultan pues las que son de dibujo y completar los nombres, por ejemplo (pág. 57, 4; pág. 59, 4; pág. 61, 5, pág. 64, 3, 4 y 7).

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

El aula de informática. Pues dentro de las páginas, hay actividades que son para repasar el tema y las hacen. Ahí sí que hacen las actividades en grupo. Suelen estar 3 ó 4 en el ordenador y se van ayudando entre ellos y son un poco de autoevaluación, para ver lo que saben.

También solemos ir, por ejemplo, este año aún no nos ha coincidido ir, pero solemos utilizar, por ejemplo, para el 1º trimestre la casa del hombre, porque es la propia de naturales. Para el último solemos ir a algún museo. Por ejemplo, el año pasado coincidió que de primero fuimos a la casa del hombre, donde hicimos la disección del corazón, osea que intento buscar una relación entre lo que vamos a ver y lo que damos en clase, pero este año como coincidió que ya fueran el año pasado a la casa del hombre, pues no vamos a volver. Pero sí, sí que solemos utilizar lo que tiene A Coruña.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Pues evidentemente para completar y además así ellos tienen la posibilidad de hacer otro tipo de actividades que a lo mejor dentro del colegio pues no hay medios. Es más, por ejemplo diseccionar el corazón es algo que aunque se puede hacer en el colegio, pues yo creo que, por ejemplo, que lo haga una persona experta, que les explique y que ellos puedan preguntar las dudas que tengan, pues es mucho mejor.

Yo creo que servir, servir...para poco sirven. A ver, no quiero decir que no valgan para nada, pero es que los niños se lo toman más como una falta de clase más que como algo para aprender.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Normalmente, como coñecemento está dividido en tres partes, pues lo proponemos cuando nos lo concedan dentro del trimestre. Por ejemplo, en el primer trimestre como es más naturales pues vamos a la casa del hombre o la casa de las ciencias, en el segundo trimestre está puesto que hay más de física, así que vamos a la casa

de las ciencias si es que no fuimos en el 1º trimestre; y ya en el tercer trimestre, como es la parte historia, pues vamos a algún otro museo.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Se hacen, a veces se organiza algún tipo de juego con ellos, allí en el sitio a donde vayamos. Y otras veces, pues simplemente se comentan en clase.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

¿Dificultades?, hombre, cuando realizan las actividades, la verdad es que dificultades tienen pocas. La verdad es que lo ven como una salida de clase, perder clase, normal, y hombre, la verdad es que lo ven divertido. Quien normalmente presta atención en clase, cuando va a museos o a otros sitios, pues aprende, porque después se acuerdan de cosas, lo que vieron en clase... y entonces todo eso lo relacionan. Pero los que no suelen atender en clase, cuando hacemos una salida, atienden mucho menos, porque ellos lo ven como algo que les sirve para perder clase.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Ehh, la evaluación son de 5 temas.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Se hacen controles de cada tema. No se hace un control, de 5 temas sólo se hace un control de recuperación, pero no hago una recuperación de los 5 temas uno a uno.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Sí, hago un examen en el que se incluye la nutrición humana, que es un tema del libro como ya dije.

Cuando termino el tema, les doy un par de días y entonces ya les planteo el examen, los aviso cuando vamos terminando el tema, claro, por si hay alguno que se olvida, pero sí, cuando terminamos el tema hacemos el examen.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Sí, sí que hago un examen en el que se evalúan otros temas.

Se evalúan los temas relacionados con el cuerpo humano, sí, por ejemplo en este caso pues tenían “a nosa saúde”, que en realidad hablaba de lo que eran el virus, las bacterias, las enfermedades. Después otro tema era todo lo relacionado con la relación y la coordinación, que hablaba de los músculos, luego ya se hablaba del aparato locomotor, de los huesos en otro tema, y por último, antes de llegar a la nutrición, se habla de la reproducción humana.

Planteo el examen al finalizar los 5 temas, que coincide con el fin de una evaluación. Es decir, esos 5 temas son los que componen una evaluación.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Pues, eh, cuáles son los aparatos, qué es nutrición, cuáles son los aparatos que funcionan en la nutrición, la parte de cada uno de esos organismos, cómo funcionan, que sepan, o sea, anatómicamente que sepan distinguirlos por medio de un dibujo, que sepan explicar la función de los principales órganos, cuál es el proceso de la digestión, por ejemplo. Y después ya, de cada uno de los aparatos que entran dentro del proceso de nutrición, pues eso, las partes, qué función realizan, eh, qué más, y eso...

Para realizar las preguntas siempre tengo en cuenta el planteamiento que han tenido en los ejercicios, es decir, partiendo de los ejercicios que hicieron en clase, pues yo les pongo unas preguntas similares, con el mismo formato, para facilitarles la comprensión, para que ellos no tengan dificultades.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

En las de explicar por ejemplo la función de los órganos, pero no por el hecho de que no sepan la función, si no que para ellos explicarlos, sea la función o cualquier otra cosa, explicar algo les resulta muy complicado, no saben expresarse. Por lo

tanto, en las preguntas de desarrollar, como esa de la función de los órganos o la función de los aparatos, les resulta difícil.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Sí, en el porcentaje de la nota sí, más o menos un 50%. Cuando corrijo las actividades valoro que las tengan... lo que ellos me dicen que han puesto, que lo tengan bien hecho, osea, los contenidos, y valoro evidentemente que los tengan hechos, osea, que el trabajo de clase que ellos también lo hagan.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

Aparato excretor
JUNTA DE ANDALUCÍA

Sustancias de desecho

Localiza ocho palabras del vocabulario básico.

orina	t	e	m	p	e	r	a	t	u	r	a	a	o
sudor	b	e	y	v	y	ñ	q	g	s	r	f	v	
riñones	b	k	u	e	n	q	s	x	d	i	d	e	
vejiga	s	s	r	j	p	a	g	h	x	ñ	q	g	
uréter	f	u	e	i	p	k	ñ	m	p	o	v	p	
uretra	j	d	t	g	u	g	i	f	y	n	m	ñ	
temperatura	m	o	r	a	o	r	f	t	d	e	h	s	
poros	b	r	a	n	k	r	é	ñ	t	s	u	h	
	y	f	q	q	i	n	i	t	j	h	r	ñ	
	p	o	r	o	s	p	ñ	n	e	y	t	q	
	d	x	b	a	l	a	p	o	a	r	v	d	
	m	v	o	l	v	y	p	ñ	p	a	e	t	

¡Fíjate bien!

◀ 2 ▶

Responde a esta cuestión.

¿Qué aparato es el encargado de expulsar las sustancias de desecho de nuestro organismo?



- 1** El aparato excretor.
- 2** El aparato respiratorio
- 3** El aparato reproductor.
- 4** El aparato locomotor.

Lee con atención la pregunta.





Aparato excretor



Sustancias de desecho

Responde a esta cuestión.

Bolsa donde se almacena la orina



1 Estómago

2 Pulmones

3 Vejiga

4 uretra

Lee con atención la pregunta.





Asocia.

riñones

unen riñon y vejiga

orina

conducto de expulsión

vejiga

sustancias de desecho

uréteres

almacén de orina

uretra

filtran la sangre

¡Fíjate bien!



Copia estas frases:

Los riñones filtran la sangre para eliminar las sustancias de desecho.

La vejiga es una bolsa donde se acumula la orina.

La expulsión de sustancias de desecho la realiza el aparato excretor.

Fíjate bien y cuida la ortografía.

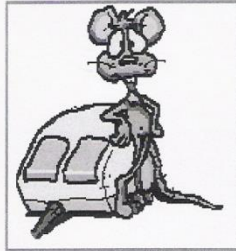


Aparato excretor



Sustancias de desecho

¿de qué palabra hablamos?



Conducto por el que la orina sale al exterior.

a b c d e f g h i j k l m n
ñ o p q r s t u v x y z



¡Fíjate bien!





Aparato excretor



Sustancias de desecho

¿de qué palabra hablamos?



Está formado por agua y sustancias de desecho que se expulsan por los poros de la piel.

- - - - -

a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n
ñ	o	p	q	r	s	t	u	v	x	y	z		



¡Fíjate bien!



EL APARATO DIGESTIVO

CERRAR



lengua ciego intestino grueso ileon boca esófago
estómago dientes cardias faringe piloro recto
yeyuno intestino delgado colon duodeno

La.....es el órgano donde comienza la digestión.
En el interior de la boca se encuentran la y los

La y elson tubos por los que pasa el alimento.
El es un órgano con forma de bolsa.
La entrada del estómago se llamay la salida se llama.....

Eles un tubo que sale del estomago y tiene tres partes: e


El.....es un tubo que se encuentra a continuación del intestino delgado. También tiene tres partes: y



Lee detenidamente y arrastra cada palabra, de la parte superior, a su lugar correspondiente.

Aciertos: 0 Fallos: 0

LA DIGESTIÓN

CERRAR 



lengua heces digestión ano dientes jugos intestinales
 jugos pancreáticos saliva bilis quimo quilo sangre


- 1.- La masticación es la trituración de los alimentos en la boca. En ella intervienen los....., la y la
- 2.- En el interior del estómago los alimentos se mezclan con los jugos gástricos y forman el.....
- 3.- El quimo pasa del estómago al intestino delgado. En el interior del intestino delgado el quimo se mezcla con los, los y la Gracias a todos estos productos y a los movimientos del intestino delgado, se forma el y los alimentos continúan dividiéndose.
- 4.- La absorción se realiza al final del intestino delgado. Es el paso a la de las sustancias aprovechables que se han formado debido a la.....
- 5.- Los desechos son las sustancias que se forman en la digestión de los alimentos y que el cuerpo no puede utilizar. Después de la digestión estos desechos pasan al intestino grueso y se forman las, que se expulsan al exterior por el.....


Lee detenidamente y arrastra cada palabra, de la parte superior, a su lugar correspondiente.

Aciertos: 0 Fallos: 0

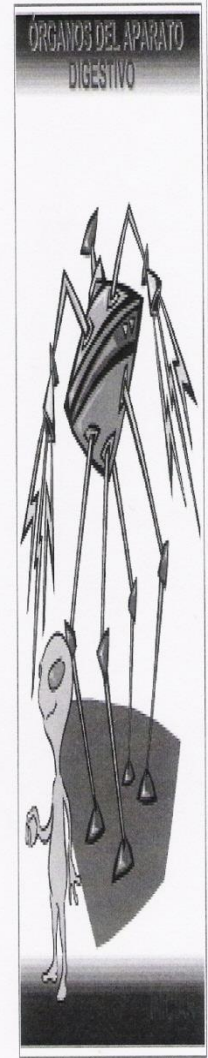
EL APARATO DIGESTIVO

Arrastra y coloca en su lugar correspondiente.

CERRAR 



ÓRGANOS DEL APARATO DIGESTIVO



Aciertos: 0
Fallos: 0

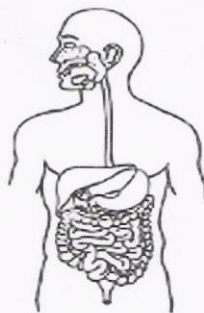
2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

COÑECEMENTO DO MEDIO - 6º Primaria - 1ª Avaliación

Nome: _____ Data: _____ Nº _____

1. Describe en que consiste o proceso da nutrición
2. ¿Cales son os aparatos que fan posible a nutrición? Enumera os órganos que forman cada un deses aparatos e explica a súa función.

3. Sinala no debuxo as zonas do tubo dixestivo onde se produce a *deglución*, *mastigación*, *defecación*, *dixestión gástrica* e *absorción*.



**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 4

Experiencia docente: entre 1 y 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Pues depende del horario de cada... pues como un tema normal, sí, como un tema normal, lo que toca en la programación y ya está. Cinco sesiones, sí, cinco sesiones de clase de una hora.

Al aparato digestivo, sí, sin duda al aparato digestivo porque es la parte central de la nutrición. A los órganos que lo forman, su función de realizar la digestión transformando alimentos en nutrientes y expulsando desechos, los diferentes tipos de digestión y la relación del sistema digestivo con la sangre.

Pues que tengan conocimiento de, pues de cómo funciona el cuerpo humano en general, y si nos centramos en la nutrición, pues cómo funciona el cuerpo humano con respecto a la nutrición, los aparatos, los órganos, la alimentación saludable, los nutrientes... que sepan que los órganos y sistemas están relacionados. Importancia de la dieta en la nutrición.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Hombre, tienen idea eh?, sí, no se profundizan más en los temas, pero la idea general la tienen. Saben, conocen la digestión, sí, sobre todo el aparato digestivo.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Eh, a ver, les doy el libro de texto y aparte si puedo ampliar yo, sí, les meto otros materiales. Pues mira, un esqueleto que hay en el laboratorio, un esqueleto con las partes, hay, tiene, osea, hay el esqueleto y luego con los órganos, pues lo subo a clase y con los órganos del sistema digestivo, del sistema respiratorio, del sistema circulatorio y del sistema excretor, que los conozcan y bueno, no los llevo al laboratorio.

SM de la colección Planeta Amigo de 6º de Primaria, del año 2007.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Sí, depende, depende a los que le dé prioridad. La nutrición la doy toda, no elimino nada, no.

No suelo reducir ninguno.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Sí, sí, bueno, algunos tenían que actualizarlos un poquito más, como por ejemplo el tema de las dietas, la salud... quizás no es actualizarlos pero sí darles una importancia mayor, bueno, en los libros se trata este tema, pero, bueno, más en profundidad.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

No, no suelo ampliar contenidos que no vienen en el libro. Yo creo que con lo que viene es más que suficiente. Una cosa es que amplíe contenidos que vienen en el libro con otros libros y otra cosa es que amplíe contenidos a mayores que no vienen en el libro, eso no lo hago. Yo creo que para Primaria es más que suficiente lo que viene en el libro.

Aunque bueno, a veces sí, sí, porque hay cosas que son importantes y que no los trata el libro, como por ejemplo el tema de las dietas, como te dije antes. Ese tema lo considero muy importante, y bueno, el libro habla algo de eso, pero no como a mí me gustaría que lo trataran. Es decir, me gusta que sepan elaborar una dieta, algo práctico, no sólo que sepan teoría de los hidratos, vitaminas etc.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Partes de la boca, bueno primero las partes y luego, en el momento de que, cuando los niños, cuando comemos, por donde va pasando, bueno, la comida, los aparatos, sí, por donde va pasando, lo que va, como se va produciendo la digestión. Hasta ir pasando por los otros tres sistemas que intervienen para finalizar el proceso de la nutrición. Primero explico cada parte y después de explicar una parte del tema, justo a continuación, planteo hacer las actividades.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

3.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Las hacemos todas. Hay de temas que no se consideran tan importantes que puedes dejar alguna sin hacer, pero en este tema que es de suma importancia, por norma general, las solemos hacer todas.

3.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Las que están relacionadas con el sistema digestivo, es decir, todas las de la página 57. No es por nada, pero es que como considero que toda la nutrición parte de este sistema, si no lo comprenden bien, es difícil que después lleguen a entender los otros sistemas y su relación.

3.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Pues si tuviese problemas de tiempo, a ver, dejaría por ejemplo, bueno, las del principio de todo, las de la página 55 (ejercicio 1), porque es una introducción que no sirve de mucho. También dejaría la de la página 63 (1a), la de analizar un texto científico, porque les llevaría mucho tiempo, y bueno, es algo que ya vieron en el tema., las de la página 65 (8, 9, 10, 11, 12 y 13) tampoco las haría.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Lo que suelo hacer es explicar una parte del tema y después, justo a continuación, planteo hacer las actividades. Todas se hacen en clase, al finalizar la explicación, a no ser que dé tiempo o que se retrasen, que entonces las hacen en casa. Pero no podría decirte una en concreto porque ya te digo que depende del tiempo, aunque normalmente la hacen en clase.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Todas individualmente. En este tema no hago ninguna en grupo.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Al día siguiente de hacerlas, antes de explicar la siguiente parte del tema, hacemos la corrección de las del día anterior.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Considero que la mayor dificultad es entender el proceso de la nutrición en conjunto, es decir, que vean que todos los órganos y sistemas intervienen en la nutrición. Por ejemplo, a actividad 1 de la página 57, que es la que más o menos relaciona todos los sistemas, les resulta compleja de responder. Incluso la 2, también les es difícil.

La función del sistema circulatorio, de la página 61 (1), también les resulta complicada. Al igual que la 1 y 2 de la página 63.

Sencillas pues les resultan las de dibujar y las de definir porque encuentran la solución en el texto, no tienen que pensar. También las de relacionar con flechas son fáciles para ellos

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

No, bueno sí, a la Domus fuimos, sí, hay alguna salida. Allí les enseñé el corazón, todo eso, bueno depende del tema que estemos dando... por ejemplo si toca la salida en el tercer trimestre, y en el tercer trimestre estamos hablando de algo, depende de lo que estemos hablando, si hablamos de nutrición, si estamos hablando del aparato circulatorio... pero sí, hay salidas a la Domus.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Hacemos estas salidas, hombre, para acercarlos más a la realidad porque en el tema, en el libro, es todo muy teórico, y claro ellos al ver, al vivirlo se van concienciando un poco más de lo que... como todo, vamos. Es muy importante.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Hombre, ¿cuándo la propongo?, cuando puedes, cuando se pide... hombre, es que al principio de curso tenemos que poner siempre a dónde queremos ir... y si nos dan la visita, bien, si nos coincide con el tema que estemos dando, en este caso la nutrición, pero vamos, es como cuadre...

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Sí, sí, cuando hacemos alguna salida, a la vuelta, al llegar de la salida, hacemos un trabajo pues de lo que vimos, o les hago alguna pregunta o una redacción, qué piensan ellos, cómo lo vivieron... sí, sí que les hago.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Hombre, dificultades... pues mira, dificultades no porque ellos te dicen lo que ven y lo que piensan ellos, depende de las actividades que les pongas a la vuelta, pero bueno no se le pueden poner tampoco muy complicadas...

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

La nutrición y otros temas, son 5 temas junto con la nutrición.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Sí, pues mira, cada... hago la de evaluación final y otro de cada tema al acabar cada tema, control.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Sí, al final del tema. Bueno, todos los días pregunto la lección, pero pruebas escritas al final del tema, sí.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Sí, al final del trimestre hago la evaluación final que es el conjunto de todos los temas que se dieron en ese trimestre.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Partes del aparato digestivo, en qué consiste la digestión, órganos que intervienen en la digestión, la relación con el sistema circulatorio.. Las preguntas las planteo tanto de desarrollar como tipo test, más que nada porque hay niños a los que se le dan bien un tipo de preguntas a otros otras, y además así se van acostumbrando a hacer diferentes tipos de exámenes. También les pongo preguntas de relacionar por ejemplo órganos con funciones o así.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

En los órganos, se lían mucho, les parecen más abstractos, se lían, confunden mucho las funciones de cada órgano, a veces se las confunden porque no, eso les es complicado.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Sí, el trabajo diario.

Pues las valoro dentro de la nota, es decir, en la nota final tengo en cuenta las actividades.

Lo valoro todo, la limpieza, cómo vienen hechas, que las traigan siempre, la letra la ortografía, todo, todo.


Aunque bueno, tengo que decir que lo que más valoro son los exámenes, porque aunque todos digamos que no, sinceramente, lo que más se valora son los contenidos conceptuales, lo otro se tiene en cuenta, pero no decide el aprobado o el suspenso, a no ser que esté ahí justito justito.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

 COÑECEMENTO DO MEDIO - 6º Primaria - 1ª Avaliación

Nome: _____ Data: _____ Nº _____

1. A dixestión consiste en:

- a) Transformar alimentos en sustancias máis sinxelas chamadas nutrientes.
- b) Eliminar os restos non aproveitables.
- c) A a e a b son correctas
- d) Ningunha é correcta

2. Relaciona a columna da dereita coa da esquerda:

a) Estómago	A) Tubo que desemboca no estómago
b) Intestino delgado	B) Atópanse unas glándulas que fabrican o zume gástrico
c) Esófago	C) Absorve auga dos zumes dixestivos e dos alimentos
d) Intestino groso	D) Atópanse unas glándulas que fabrican o zume intestinal

3. Describe o que lle ocorre a un anaco de pan cando o comes. ¿Que sistemas interveñen no proceso? ¿Cómo o fan? ¿Hai relación entre eles?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 5

Experiencia docente: entre 1 y 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Pues le dediqué cuatro sesiones, cuatro sesiones y media más o menos, y realmente, para ser franca le dediqué ese tiempo después de que vinieras tú, bueno, en el momento en el que sabía que tenía lo de la colaboración y porque también los niños habían tenido aquí una sesión con unas monitoras y entonces sí se había hablado un poco por encima del tema entonces lo retomé digamos.

¿De la nutrición? Estuvimos hablando de la diferencia entre nutrirse y alimentarse. Y... estuvimos hablando más de la alimentación que de la nutrición.

Pues fundamentalmente quiero que aprendan a alimentarse bien para que estén bien nutridos. Es decir, importancia a la dieta, que conozcan los alimentos importantes, importancia a la pirámide de los alimentos, que sepan lo que hay que comer, que sepan que alimentarse bien comiendo todo tipo de alimentos sirve para realizar una buena nutrición.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Pues con ideas muy equivocadas. Para empezar no diferencian entre alimentarse y nutrirse, esa... eso sí que tuve que explicarlo. Y después, eh..., sus ideas ya son equivocadas sobre la alimentación, por lo tanto también las de la nutrición. Por ejemplo... no le dan importancia a nutrientes básicos como, bueno, pues por ejemplo como las proteínas, bueno, todo, todos son importantes, pero no le dan importancia a que tiene que haber un poco de todo.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Sí, sí que venían todas en el libro de texto.

Utilizo Anaya. Es Anaya del 2006 de 5º eh.

No suelo utilizar otros materiales.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

No, trato todos, sobre nutrición humana todos.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

En este caso se adapta porque bueno, el nivel del curso no es que sea altísimo, pero sí que tienen un buen nivel, por eso creo que en este caso yo creo que se adecua bien, entienden bien lo que leen, y después cuando hablamos sobre ello, pues por ejemplo el vocabulario era bastante asimilable para ellos. Yo creo que lo entendieron bien.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Ehh, no, traté contenidos pero que tienen que... porque aquí sólo hablan un poco de la alimentación y de la nutrición y luego estuvimos hablando un poco de los residuos y de, bueno, y de la necesidad de reciclar y eso, bueno, estaban bastante familiarizados con el tema, aunque tuvieran unas ideas básicas, ... y eso por ejemplo no venía en el libro.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Pues empecé por hacer una pequeña introducción del tema... luego empezamos a leer la nutrición y después la alimentación, que conozcan la dieta equilibrada, que la sepan llevar a cabo... La diferencia entre alimentarse y nutrirse. Luego vamos haciendo los ejercicios, y luego pusimos algunas cosas en común. Y acabamos haciendo un resumen sobre todo lo que estuvimos viendo.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Pues... bueno, seguimos fundamentalmente las actividades que venían aquí propuestas y las hicimos todas oralmente. No es un trabajo que ellos hicieran por escrito, ninguna actividad se hizo por escrito. Entonces, por ejemplo, lo que sí que hicieron fue dibujar la rueda de los alimentos que, bueno, que les gustó bastante. Y nos paramos bastante a explicar pues eso, la diferencia entre alimento y nutriente y para qué servía cada cosa, poniendo ejemplos. Lo de la dieta y las condiciones que tenía que tener una dieta era algo que ellos habían trabajado en ese pequeño... en esa pequeña sesión que tuvieron, les dieron también una pirámide de cartón, no sé si la conoces, es la que está editada por la Xunta de Galicia, bueno, entonces estuvimos hablando también de esa pirámide, no?. Entonces son las actividades que vienen propuestas en el libro de 4º, no?, pues qué condiciones debe de tener una dieta, qué tipos de alimentos debes de tomar, ehh... si una persona realiza mucha actividad física pues, pusimos ejemplos por ejemplo de los deportistas, qué dietas tienen los futbolistas antes de salir al campo... estuvimos poniendo ejemplos de ese tipo, no?. Y luego estuvimos hablando también de este apartado, de que estaban implicadas otras... otras... partes de nuestro cuerpo, no?, el aparato digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor. Eehhh, de esto no eran muy conscientes, digamos que... y lo estuvimos hablando, bueno, lo leímos y después lo

estuvimos hablando a través de estas actividades que vienen también aquí propuestas. Esto sí que... el proceso de la digestión, la verdad es que aquí en el proceso de la digestión sí que no nos paramos demasiado, nos paramos más en la otra parte de... del tema, y en el proceso de la digestión lo leímos pero no estuvimos..., por ejemplo estas actividades no las hicimos, no nos paramos demasiado porque bueno, vimos, sí que vimos, sí que estuvimos hablando sobre la lámina pero nada más. Nada más, luego, esto sí que lo estuvimos haciendo, como... no copiarlo, lo estuvimos haciendo un poco entre todos, modificando, lo hice en el encerado yo.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Para ellos, concretamente, todos aquellos, todas aquellas actividades que les hagan ver la importancia de estar bien alimentados, porque aquí, pues dado el contexto en el que están nuestros alumnos, y que ellos tampoco son quienes se preparan la comida, ni el desayuno, ni la comida, ni la cena, ni nada, realmente ellos comen, todos, la mayoría comen mal, muy mal, entonces, poco a poco yo creo que tiene que haber una labor de la escuela de darle importancia a la alimentación y...bueno, a ver si les va calando para cuando ellos sean los que se alimenten pues... tengan una buena alimentación.

Sobre las actividades del libro de texto, las más importantes, concretamente, son las que hablan de la importancia de nutrirse, de la rueda de los alimentos, de la diferencia entre alimento y nutriente...página 106 (6, 5), página 114 (1, 2, 3), todas las de la página 115. Y... bueno, después, sobre los sistemas respiratorio, circulatorio y excretor, aunque también considero que es importante, pues no lo trato tanto al detalle en clase, más bien me centro en la alimentación.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

No me gusta meterme profundamente el tema de órganos... Por ejemplo, actividades que no hago: 85 (1, 2), 89 (3, 6, 7, 8), 91 (1, 4, 6), 93 (1, 2, 3), 97 (1, 2, 3), 98 (1, 2, 3), 101 (1, 2, 5, 6, 7). Yo sólo quería dar la alimentación y la nutrición en general.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

No, normalmente, en este caso, en este caso fue así, les hice una pequeña introducción del tema, luego empezamos a leer, turnándose cada uno, al que le tocaba pues íbamos haciendo los ejercicios, y luego hicimos algunas cosas en común pues como fue hablar sobre... retomar un poco lo que habían hecho el día del seminario este, el día de la case esta, y esto, pero fue así secuencial, osea, leer, hacer las actividades. Las planteo todas para hacer en clase, ah, bueno, la única cosa que les dije que hicieran en casa, estuvimos hablando de sus alimentos favoritos y demás, y entonces lo único que me tuvieron que traer fue una receta elaborada por ellos del alimento que más les gustara, de su comida favorita y tenían que recabar esa información en casa y traerla.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Hicimos todas en gran grupo y luego individuales pero individuales orales, osea que hasta cierto punto eran en gran grupo, como por ejemplo la de la dieta, el resto todas en gran grupo, se hacen en alto, se lee la pregunta y se responde entre todos.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

En el momento, sí, cuando se explica se hacen los ejercicios, bueno, las actividades, y ya se corrigen.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Pues yo creo que en donde tenían más dificultad es en esto, en el proceso de la digestión, yo creo que por el vocabulario a lo mejor y... no sé, no sé exactamente por qué motivo, por ejemplo, en las de la página 14, que son todo de órganos,

procesos, etc, pues creo que tienen dificultades. Y luego en la diferencia entre alimentarse y nutrirse que tengo la sensación de que no lo acaban de ver.

Las actividades en las que tienen que definir algún concepto o en las que tienen que justificar algo, no suelen tener problemas.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

No, bueno sí, a la Domus fuimos, sí, hay alguna salida. Allí vemos el corazón, sus partes todo eso, bueno depende del tema que estemos dando... por ejemplo si toca la salida en el tercer trimestre, y en el tercer trimestre estamos hablando de algo, depende de lo que estemos hablando, si hablamos de nutrición, si estamos hablando del aparato circulatorio... pero sí, hay salidas a la Domus.

Lo que también vamos a hacer es, porque hablando con la profesora de primero, ella también quería darles este tema a los alumnos y los de 6º están bastante implicados y motivados con poder ellos explicarles algo a los más pequeños. Entonces, un trabajo que van a hacer es...un trabajo que se va a hacer en la pizarra digital probablemente y, bueno, por ejemplo, son las medidas de higiene básicas pues antes de comer, nombrar vocabulario sobre alimentos, menú saludable... van a tratar esos temas fundamentalmente... Tratamos también el origen, las procedencias de los alimentos..., las huertas, las fábricas... pero aún no lo hicieron, lo van a hacer.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para que crees que sirven en realidad?

Un poco es, fundamentalmente es para motivarlos porque encuentro pocas cosas que los motiven y esta de explicarles a los más pequeños es así, parece que sí que los motiva y que fuese sobre la alimentación fue una casualidad, fue hablando con la profesora de 1º realmente, que le tocaba dar ese tema y no sabía cómo lo iba a hacer entonces surgió la idea así, fue un poco fortuito realmente.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Pues las salidas, cuando las marca el centro, porque eso no depende

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Pues claro, en este caso, en el de la pizarra digital se lo tengo que corregir todo porque ellos se lo van a explicar a los de 1º, entonces tampoco puedo dejar que den ideas erróneas sobre... a los pequeños... aunque sean muy básicas, muy básicas... pero que lo que den esté bien.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Pues... no sé, cuando la haga te lo diré, jeje.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Podríamos decir que uno, ya que yo evalúo por temas. Evidentemente luego hago una media con todos los temas para poner una nota al finalizar el trimestre.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Sí, una por cada tema

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Sí, al finalizar el tema

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

No. Sólo evalúo por temas

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Pues no sé, no lo sé ahora mismo, temas, osea, preguntas que hubiésemos trabajado en el tema y que, en los que ellos tengan dificultad... un poco de todo, en los que viera que tienen claridad de lo que hacían y un poco en las que... por

ejemplo, la diferencia entre alimentarse y nutrirse y la importancia de los dos conceptos pues sí que lo pondría, yo creo que sí que lo pondría, seguro.

Que citen qué órganos y sistemas intervienen en la nutrición

Explicar el proceso de transformación de los alimentos en nutrientes

Explicar la pirámide nutricional

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

En las de explicar, sin duda, a ellos les resultan muy complicado. No saben expresarse, no saben redactar. Ponen ideas sueltas, pero eso no es explicar, eso es citar ideas o como quieras llamarle.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Sí, lo tengo, sí, cualquier tema lo tengo, el trabajo diario de clase, los cuadernos, las actividades, bueno..., por ejemplo, cuando tienen deberes, por ejemplo de coñecemento, que traigan hechos los deberes, pero como no los traen, no los suelen traer hechos, pues suelen tener un positivo solamente por haberlo hecho y... osea, ¿qué contabilizo?, pues cosas como estas y luego las actividades de clase y el examen. Suele ser un 30% las actividades y todas esas cosas de las que estamos hablando y un 70% el examen. A veces puede variar, dependiendo del alumnado, suelo tener la manga ancha.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

6º Primaria – Grupo B

Nome e Apellidos

Nº

1. ¿Que diferencia hai entre alimentarse e nutrirse?
2. ¿Que sistemas forman parte da nutrición? ¿E que órganos forman cada sistema?
3. Explica o proceso de transformación dos alimentos en nutrientes
4. Debuxa e explica a pirámide nutricional

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 6

Experiencia docente: menos de 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Bueno... yo el tiempo que dedico a cada unidad lo voy valorando según la actitud del grupo ya que como te dije antes tenemos alumnos muy dispares... pero, en cualquier caso suelen ser... suelen ser unas dos semanas en esta unidad, lo que abarca todas las horas correspondientes en dichas semanas... pero claro, como te decía, siempre viendo como lo van... como lo van ellos asimilando tanto en ejercicios y esas cosas, ya sabes...

Jejeje... bueno, pues a pesar de que son niños, y como niños que son no son ellos los que deciden las comida que pueden comer o no... le suelo dar mucha importancia a los alimentos que deben consumir para una buena nutrición... que pasa? Lo que te digo, ellos no se hacen de comer, pero si que tengo comprobado que entre ellos, a la hora de hablar de lo que meriendan, comen y esas cosas, acaban aplicando en sus compañeros lo que hablamos en clase, por lo que con esas cosas es con lo que quiero que se queden, una buena alimentación hace una nutrición saludable y es un dato para mi muy importante y algo que recalco cuando estamos en clase tanto con ejercicios y cosas así.

Las ideas clave que quiero que adquieran los alumnos engloba un poco todo, desde los órganos que participan en el proceso hasta las dietas, los alimentos y los tipos de alimentos que hay: hidratos, proteínas, vitaminas...ese tipo de cosas.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Yo creo que los niños, niños son y una cosa es que entiendan lo que les estás explicando y otra muy distinta es llevarlo a cabo... en fin, realmente por lo que yo veo, es que durante el tiempo que estamos tratando el tema de nutrición, como te

explicaba antes, entre ellos parece que se miden los alimentos que suelen tomar y cuáles son los más o menos adecuados. Creo que con eso es con lo que se quedan aunque va pasando el tiempo y finalmente es algo que se les escapa. Mmm... lo que te digo, se quedan con el tema de los alimentos porque es algo que pueden llegar a hacer "bien" durante ese tiempo e incluso se les hace divertido pedir algo para comer en casa a lo que no están acostumbrados... hablamos de frutas para merendar y media mañana y ese tipo de cosas. Con los órganos que intervienen en la nutrición se les escapa mucho de la manos y por más que lo repases ellos mismos ves que no le están prestando la atención que quizás deberíamos marcar... pero bueno, siempre se intenta.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Mira, los libros de texto tratan muchas veces lo general y no se paran en lo que tu puedas considerar lo más importante, no sé si me explico... a ver, como hablábamos antes, alimentación, ¿qué alimentos son los más importantes para una buena alimentación? Pues viene muy básico, ¿sabes? También tengo que decirte, que en este centro tenemos comedor, de forma que tenemos oportunidad todos los años de que los niños de una manera u otra, vean una forma equilibrada de alimentarse, que también te digo, otras veces no sirve de nada, porque empiezas a explicar y parece que nunca viesen una dieta equilibrada para comer por ejemplo semanalmente... no sé, pero bueno, tampoco te extraña... Por eso, yo muchas veces los llevo a internet o llevo otros materiales didácticos al aula como pueden ser otras unidades didácticas para que vean y poder elaborar una dieta equilibrada, qué tienen que comer, el ejercicio que tienen que hacer para tener una vida saludable, etc.

El libro que utilizamos en el colegio es Anaya de 2006, aunque para el año que viene va a cambiar.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Mira no... todo lo que aparece en el libro no me parece necesario llevarlo a cabo ya que son cosas con las que no se quedan. A lo que me refiero, es que algunos contenidos pues quizás los elimino, no porque no los considere importantes, que todo es importante, sino porque al estar en una clase tienes que seleccionar, no puedes hacerlo todo, y yo prefiero hacer referencia a aspectos concretos centrarme en ellos, como por ejemplo la creación de posibles dietas que finalmente incluso algunos, llevan a cabo en sus casas después de convencer a sus padres. Porque a veces el problema de la alimentación no es de los niños, viene de los padres, que ya sea por prisas o una mala alimentación propia, sabes? Pues acaba haciendo que los niños sean los que lleven esas dietas que creamos en las aulas a casa.

Por ejemplo, los diferentes tipos de digestión no lo suelo tratar, me parece excesivo el tema de la bilis, zumos intestinales...

Las aportaciones que hace el libro a nivel celular, muchas veces también las elimino, porque creo que en primaria no es necesario.

Otra cosita... yo con los órganos intento que tengan una idea clara de lugar físico donde se encuentra cada uno y su función... ¿para qué meterse en otras cosas? Los niños que quedan con lo más importante que no siempre aparece todo en los libros como te decía.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Está claro que puedes seguir el libro tal cual como aparece, pero ya todo depende de lo que tú quieras resaltar. Textualmente a veces es lo de menos que los niños lo entiendan más o menos, porque según lo vas mirando vas explicando, tiras más para una cosa o para la otra... y lo que hablábamos, cosas que quizás te saltas porque no ves algo a destacar. Lo que si decirte, es que muchos ejercicios están muy bien y tampoco te tienes que complicar mucho buscando qué hacer para que lo entiendan... lo que pasa es que claro... cada tema es distinto de otros y a veces es necesario, sabes?

En fin, para el nivel que tienen los alumnos...es decir, los conceptos previos con los que llegan a este curso para tratar este tema, no están mal como están.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

No, mira, a veces se trata más de ampliar alguna información que se da en el libro con ejercicios sobre todo ya que los contenidos son los que muchas veces tienes que dar... es que es así, no hay más. Por lo que me suelo ceñir a eso, tema que puedo ampliar bien, tema que quizás veo que no es algo necesario profundizar en este curso, pues o no se toca o hacemos una especie de repaso en el que tengan ideas claras sobre él, pero no más.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Realmente, lo que hago al empezar este tema es que todos realicen la dieta que han hecho en la última semana, también tenemos el ejemplo del comedor escolar al que muchos asisten por lo que ya utilizan esa dieta. Vemos cuales son las mejores dietas haciendo eliminación de las que entre todos vemos no son las adecuadas... y entonces es cuando hacemos la lectura del tema. Vamos paso a paso y explicando cada apartado... importante dejar claros los conceptos y que si tienen dudas lo digan. Y claro, los ejercicios les ayudan y también me ayudan a mí para ver quién necesita más información y esas cosas... ya sabes.

Intento hacer las actividades según vamos dando el tema para que al final podamos hacer el resumen o esquema y no tener que ir a los ejercicios.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

3.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Bueno, yo en general suelo hacer prácticamente todos los ejercicios que suelen aparecer en el libro, suprimiendo las menos interesantes o que van a complicar la explicación final que realizamos. Al corregir los ejercicios entre todos tienen una idea que ellos mismos entienden del tema que acabamos de dar, por lo que hacemos un resumen y en muchos temas me gustan que hagan un esquema, sobre todo para que sean ellos los que me hagan el resumen a mi y pueda comprobar hasta donde han comprendido todo... en fin, me sirve de pequeño control por temas.

A ver, algunas actividades que no hago, pues son de la página 85 (2), porque ya te dije que lo de los zumos intestinales me parece excesivo. De la página 87 (1), página 89 (3, 5, 8), de la 91 (1, 4, 6), 101 (9), 102 (1)

3.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Bueno... ya hablamos en las preguntas anteriores de los temas mas importantes que realmente son los que yo creo se deben de quedar los niños... y son pues una idea clara de alimentos claves a la hora de tener una buena alimentación y el otro punto importante es conocer que función realiza cada uno de los órganos que atañen a la nutrición... si... eso... y eso va a llevar a que por si mismos sepan hacer una dieta equilibrada o por lo menos saber diferenciar una que si lo es de la que no.

3.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Hombre, por problemas de tiempo no suelo tener porque si doy un tema es porque me parece importante... en fin, de todas formas, a la hora de acortar un tema puedes tener variedad de formas... desde no mandarles hacer los ejercicios individualmente y hacerlos en conjunto de forma oral en clase, a darles tú mismo un esquema final que haga un resumen del tema completo... pero ya te digo, que

no suele ser el caso porque intento dar temas que tengan importancia y se puedan llevar a cabo... lo que te decía antes de elegir los temas... pues eso.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Eso es lo que hablábamos antes... intento hacer las actividades según vamos dando el tema para que al final podamos hacer el resumen o esquema y no tener que ir a los ejercicios. Para casa a veces hay que mandarles pues... lo que te decía antes, que traigan el menú de toda la semana anterior, pues eso lo pueden traer de casa... el esquema final que después repasamos en clase, lo pueden hacer en casa... también tengo que decirte que siempre solemos tener tiempo para hacer la mayoría de las actividades... es lo que hablábamos.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

De forma individual hacemos los ejercicios... eso, las actividades de cada parte del tema que vamos dando. Tampoco tiene mucho más... ya que después se corrigen para todos tenerlas bien. Los esquemas y resúmenes los suelen hacer de dos en dos... de forma que puedan contrastar dos niños un solo esquema. También te digo, lo que son las dietas equilibradas las hacemos entre todos para tenerlas bien.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Como te dije antes, como hacemos las actividades según avanzamos en el tema, las vamos corrigiendo y pasamos a la lectura de la otra parte. A veces, o cada pocos temas que estén relacionados entre sí, hago un pequeño examen para que no se le escapen las cosas y asociar bien los conceptos, tanto de órganos como de cualquier otra cosa... pero lo de corregir intentamos llevarlo al día.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

En las clases que yo imparto la mayor parte de los niños les cuesta mucho sintetizar y hacer un buen resumen que luego les pueda servir para estudiar, repasar o simplemente, hoy quizás no, pero en otros cursos es muy importante poder hacer un buen esquema y tener claros los conceptos, eso es lo que mas le suele costar. Página 88 (2), página 100 (2, 3), página 114 (2 y 3)

Lo más sencillo es hacer los ejercicios, pero también influye mucho que al hacer la lectura del tema o apartado correspondiente, ya hacemos las preguntas o ejercicios que van relacionados, de manera que poca dificultad pueden tener si prestaron atención a la lectura del tema y a las explicaciones que hacemos siempre después.

Dificultades no tienen en las de definir.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

Pues realmente fuera del aula no solemos hacer actividades... que pasa? Que todos los años hacemos la excursión a algún museo, como por ejemplo la Domus, que relaciona un poco lo que estamos hablando, ya que allí elaboramos la dieta equilibrada y también nos enseñan las partes del corazón, tanto el que hay allí estático como una disección que hacen las monitoras. Intentamos entonces tocar este tema, siendo una buena manera de que esa salida la puedan aprovechar mucho más, aunque a veces tampoco te creas que es donde más aprenden. Mmm... otra cosa, que a veces hago, con el tema de los órganos relacionados con la nutrición y todo eso, es traer del laboratorio ese puzzle donde los niños pueden ver en un cuerpo donde encaja cada órgano... es muy interesante ver que algunos no tienen ni idea de cómo son algunos y menos de donde están... en fin... todo esto está claro que les ayuda.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para que crees que sirven en realidad?

Las hago porque de esta forma los niños pueden ver lo que estuvieron viendo en clase de otra forma totalmente distinta. Lo malo es que los museos muchas veces no tienen nada que ver con los temas que estás dando en clase, entonces ellos se pierden un poco, porque no lo relacionan, aunque tú previamente les explicaste cosas, pero claro, no es lo que están estudiando. Y con la nutrición pasa lo mismo, es algo que en los museos apenas se trata, quitando la Domus que te enseña el corazón, la dieta... pero bueno, no va más allá.

Es lo que te decía... lo que es salir a un museo es algo ya prácticamente cultural, ya no algo necesario para un tema. Pero que los niños vean por si mismos el cuerpo humano con cada órgano en su lugar, sabiendo al final del tema... como yo lo suelo decir... hacer el puzzle, pues estoy convencido de que algo les sirve.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Todo lo que son ejercicios para ejecutar algo relacionado con el tema, suelo hacerlo después de dar el tema pero antes de hacer los esquemas o resúmenes. Además, te lo digo en serio, es muy diferente que te hagan un resumen de una forma u otra...

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Estas actividades, tanto las salidas del centro como lo que hacemos con cuerpo humano, es algo que tratamos en clase y dejamos claros los conceptos, pero no hacemos ejercicios sobre ellos, simplemente les hago un recordatorio de, por ejemplo, que sepan donde se encuentra cada uno de los órganos que intervienen en la nutrición.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

No tienen dificultades, el que más y el que menos tiene curiosidad sobre su propio cuerpo. Es más fácil de tratar por ese motivo, porque una parte de ellos también quiere saber... eso hace que las actividades que hacemos sean cómodas y rápidas, de forma que ellos son los que demuestran que entienden lo que explicamos en clase.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Pues como te dije antes y con las actividades que hacemos, nos viene muy bien unirlo con la salud. Ellos mismos unen un concepto con otro y de esta forma no se lían tanto. Pero a la hora de evaluarlos, también se juntan dos temas que, aunque no tienen mucho que ver, hay que meterlos en esta evaluación. En total son 3 temas.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Pues si, una vez finalizado el tema, como te expliqué, hacemos un esquema... esquema que no tiene que saberse de memoria, pero me gusta que al hablarles de algo lo relacionen, de manera que hacemos un pequeño control para que pueda ver si les quedaron dudas o si realmente con el esquema que hacemos es un buen resumen de toda la lección.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Si claro. Hablamos de lo mismo, es un pequeño control para yo poder evaluar si con los esquemas que hacemos pues ya es suficiente. La planteo al final del tema, después de hacer los esquemas.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Hacemos un control por tema... sólo en el caso de que un alumno necesite porque no ha aprobado los controles o cualquier otro motivo, hacemos un examen en el que vemos como te decía, cosas relacionadas. Que si la salud, la nutrición, etc, es decir, se juntarían esos tres temas que están relacionados y se evaluarían, y por otra parte se cogerían los dos de geografía y también se evaluaría, pero en principio yo evalúo por tema.

Los temas que componen la evaluación a la hora de poner la nota final del trimestre son: A nutrición no ser humano I, A nutrición no ser humano II, A nutrición e saúde, A xeografía física de España, A xeografía física de Galicia.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

En este caso podemos hacer variaciones. Están las dietas equilibradas... donde pueden indicar alimentos que consideren saludables o incluso, llegar elaborar, como realizamos en clase una dieta para uno o, o dos días... y bueno... eso ya sería cuestión de ver que compone el resto de examen.

Por otra parte, identificar los órganos que intervienen en la nutrición y su función sería algo que también, que también entraría en este control y muy probablemente un dibujo del cuerpo humano en el cual tiene que identificar los órganos como ya hicimos en clase con el puzzle.

También les pregunto que sepan redactar el proceso de la nutrición, desde que metemos el alimento en la boca hasta que expulsamos las sustancias, de forma breve claro, pero sí quiero que eso lo sepan.

Inconvenientes al realizar una mala alimentación, y que enumeren posibles consecuencias de esa mala nutrición... y en realidad todo lo que estamos viendo en clase durante estos días...

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

Lo más complicado para ellos es la función de cada, de cada órgano. Consiguen indicar donde se encuentran pero les cuesta más quedarse con lo que ejecuta cada uno de ellos... y bueno... ya... pues mucho mas hacer una pequeña redacción en lo referente desde el principio hasta el final del proceso de nutrición.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Yo creo que eso lo hacemos todos y es lo más normal. A la hora de corregir un control o examen, lo estás haciendo pensando en el trabajo de ese alumno, es decir, lo que hizo durante el curso en clase. Por lo que tanto a la hora de revisar las libretas, de responder un ejercicio por ejemplo o... o el estar atento mientras otro intenta despistarte, eso se tiene en cuenta, y es lo más normal. Pero evidentemente lo que más tengo en cuenta es el examen, porque vivimos en una sociedad en la

que los números es muy importante y que esos números estén justificados con un papel, más, me entiendes?, entonces yo las otras cosas las tengo en cuenta para subir o bajar nota, pero no para decidir una nota final, para eso está el examen.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Solo las preguntas de exámenes del apartado I.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 7

Experiencia docente: más de 10 años

Curso en el que imparte docencia: 5º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Pues depende del grupo y como vea yo que van entendiendo las cosas, claro. Puedo tardar por ejemplo 10 días o 15 días, o si veo que quedo alguna cosa un poco más incompleta, entonces le dedico a mayores o en otra clase que venga algo a colación, por ejemplo, si algo de los sistemas quedó incompleto, pues lo puedo completar con la clase de plástica, haciendo un mural o la rueda de alimentos, o algo así, para que ellos vean más claramente lo que están estudiando, lo que les trato de explicar, vamos.

Bueno, si estoy hablando en concreto de la nutrición, les hago hincapié sobre todo en la nutrición, en la dieta, en la nutrición y en las sustancias nutritivas, es decir, hago más hincapié en esto. Y luego voy relacionándolo con el aparato digestivo, el por qué, cómo se hace la digestión, cómo es el proceso, es decir, todo vas completando no?.

Lo importante es que sepan el concepto de nutrición en este caso, eh, como repercute la nutrición en la salud, que es otra cosa también importante, y que distinguan lo que debe ser una dieta equilibrada; entonces, serían esos digamos los pasos, no?.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Bueno, en general tienen unas nociones, pero que, no tienen todavía nada claro, porque los niños al principio memorizan cuatro cosas pero interiorizado no lo tienen, son nociones generales sobre la nutrición. Entonces vuelves a partir de lo básico, los alimentos, la clasificación, los tipos, animales, vegetales, trabajamos cosas así sencillas, ahora claro, partimos un poco de recordatorio, recordamos un poquito

eso, pero luego es cuando trabajas a fondo lo que tú, en lo que tú quieres hacer más incidencia, ya les hablas de los hidratos de carbono, ya les hablas de las grasas, ya les hablas de las proteínas, un poco, las vitaminas, los minerales que necesita el organismo; y luego, lo que es una dieta saludable, porque además en estos cursos, en 5º, una cosa que suele surgir, porque surge antes, con lo cual aquí también, muchos niños empieza con la tontería de que no comen para adelgazar y entonces aprovechas y dependiendo un poco de la situación que tú veas, pues vas a ir haciendo incidencias en ese tipo de historias, qué repercusión trae no comer fruta, o no comer carne o no comer verduras, que también son cosas que los adolescentes dejaron de tomar, entonces un poquito insistiría en eso.

Otro tema son los sistemas que intervienen en la nutrición, porque a ellos les suele costar, bueno, a ver, no todos, porque el digestivo lo entienden, aunque haya algunas cosas complejas, sobre todo a la hora de definir órganos, el respiratorio no tiene dificultad, pero el circulatorio, ay amigo, ahí viene el problema; les cuesta mucho entenderlo, y no digamos si lo tenemos que relacionar con el resto de órganos, para ellos es un caos, pero bueno, después de insistir, se demuestra que lo entienden. Y con el aparato excretor ocurre lo mismo, bueno, no quiero decir que en el momento no lo entiendan, cuando se les explica sí que lo entienden, no hay que insistir, pero sí que pasa que cuando pasa un tiempo, si surge volver a hablar del tema, o en el siguiente curso, o en años siguientes porque a muchos adultos también les pasa, piensan que el sistema excretor es el que expulsa las heces, y eso es un grave error, eso demuestra que ellos asimilaban lo que les explicaba en ese momento, pero no lo interiorizaron, no lo hicieron suyo, no lo entendieron, simplemente lo memorizaron, y eso no sirve absolutamente de nada.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Bueno, en principio el libro de texto digamos que es la base, pero ahora, tal y como estamos con Internet, que ya podemos consultar, pues a partir de ahí puedes

decirles que te hagan la pirámide alimentos, que te complementen cosas que en el libro vienen poco detalladas, buscas páginas web... considero importante que conozca que todos los sistemas están implicados en la nutrición.

En este momento estamos utilizando este, de Santillana, del año 2006.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

No, en general, yo por lo menos, cuando trato, trato el tema completo, es decir, lo que viene en el libro lo trato, lo que pasa es que hago más incidencia en algunos aspectos del tema, claro. Es más, incluso, como ya te comenté, a veces les mando ampliar algunos contenidos mediante la búsqueda de Internet, otros libros, porque si veo que algo viene poco detallado, pues para que lo complementen, que nunca está de más.

Pues no reduzco porque considero que todo lo que viene en el libro es interesante, son cosas que ellos tienen que aprender en estas edades, porque después cuando vayan a la ESO y les hablen de las células, de los procariotas, eucariotas... ellos no se van a enterar de nada si desde Primaria no llevan una base. De eso se trata, de que ellos sepan lo básico relacionado con la nutrición humana. Y lo que aparece en los libros es lo básico.

Algo que suelo ampliar o trabajar de otra forma es la rueda de los alimentos, que siempre la hacemos aparte, con dibujos, explicándola. Otra cosa que suelo ampliar son los sistemas, los sistemas que intervienen en la nutrición, porque como ya comenté antes ellos en este tema andan flojos, te dicen que lo entienden, en el control parece que lo entienden, pero después hay cosas que con el tiempo se demuestran que no lo aprendieron, que simplemente lo memorizaron.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Yo creo que para este nivel sí que les llega, está bien, si supiesen ya esto, todo lo que viene en este libro...menos mal. Es que aunque digo que lo que viene en el libro es lo básico, hay que reconocer que tienen muchas asignaturas y no podemos

olvidarnos de que son niños, que tienen que estudiar, hacer deberes, pero que también tienen que tener tiempo para el ocio, y a veces de eso nos olvidamos.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Bueno, a veces se tratan otros temas que no están aquí incluidos porque la misma dinámica de la clase, los niños a lo mejor te hacen alguna pregunta, entonces tú aprovechas aquello y ya claro, desarrollas el temas, más o menos, según lo que viste que a ellos les fue calando, claro.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

En principio, lo primero, si vamos a hablar de la alimentación, pues un poco de hábitos que tienen ellos, hábitos de la comida, decimos, bueno a ver, imaginarnos que vamos a hacer una comida, un banquete, partes de ahí, a ver, qué cosas comeríamos, qué pediríamos, qué, cuál sería en un día nuestro menú para celebrar una excursión, para celebrar una salida de cole, un poco partes de la realidad concreta que ellos tienen, entonces qué les parece, cómo es ese tipo de comida, os parece que está bien, ahora que estáis creciendo, sería lo lógico, ver lo que comen, lo que cenan ahora, ver si dejan olvidada la carne, el pescado; y a partir de ahí, pues seguiríamos viendo, pues todo eso es necesario, todo lo que acabamos de ver es necesario, entonces un poco, en función de eso, pues tú ya empiezas a secuenciar la clase, y a partir de ahí ya empiezas, bueno, lo que tenemos que saber es que la nutrición para qué es, que sepan que no comen para pasar el rato, deben saber cuál es la función de la nutrición, que comemos por algo, porque el organismo lo necesita, tal, entonces empezaría con la dinámica de la clase, y a continuación, a partir de ahí, bueno, pues vamos a abrir el libro, vamos a mirar, o si es un día que tienes la clase con algún proyecto del ordenador, que puedes tener también algún tema, pues aprovechar y centrarte en ello, dependiendo un poco del, porque claro, cada día, a mí por lo menos la experiencia me demuestra eso, que cada día tú llegas a clase, tienes una idea, hoy voy a trabajar no sé qué, mira lo que

pasó esta semana, a los niños no sé lo que les había llamado la atención, entonces me dijeron, mira profe es que... y entonces, escapas un poco y vas a las dudas que tengan. Después de explicar cada apartado del libro, hacemos las actividades correspondientes.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Las actividades del libro, las intento hacer todas. En cambio, a lo mejor, otras actividades, algunas las seguiría del libro, pero luego haría otras, que haría que preferiría que las hiciesen en grupo, que hiciesen a lo mejor el cuadro ese, bueno, la pirámide de los alimentos, otro grupo que se dedicase a investigar el proceso de la digestión, otros que se dedicasen...que buscasen ellos información, a parte de la que hay aquí, y que elaborasen pues un cartel con las distintas partes de los sistemas, con los alimentos ricos en minerales, vegetales... incluso a partir de cosas del Carrefour o de lo que sea, pueden hacer unos recortables, pegarlos, o dependiendo, si la clase es una clase buena en plástica pues aprovecharía la expresión plástica también para hacer el mural o lo que sea, del proceso de nutrición, para recordar las partes del aparato digestivo, del aparato circulatorio que también influye, de tal, es decir, un poco vas ampliando, dependiendo.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Bueno, un poco lo que pretendo es concretar, siempre se marcan unos objetivos, entonces intentar que esos objetivos que marqué en un principio conseguirlos. Entonces, cuál era mi objetivo, pues que el niño comprendiese, supiese tal tal tal, entonces ese objetivo intento que lo consigan, claro que es lo que voy a evaluar también, porque si no les vale para nada como se eliminan los productos de desechos, pues no les voy a poner una tarea para que aprendan eso, porque no sería importante, que no es el caso eh. Entonces, insistirle en ese tipo de trabajo que dijimos antes.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Bueno, puede haber a lo mejor aquí alguna, algunas preguntas del libro que a parte de que no las puedes hacer todas, porque te dedicas en profundidad a algunas, aunque eso ya es defecto profesional. Yo soy una persona a la que le gusta mucho el esquema, entonces lo primero que quiero es que eso entre por los ojos, entonces lo primero que hago es poner el esquema para que sepan por donde andamos. Entonces, expliques, trabajos, lo que sea, si tú tienes siempre un punto de referencia, eso es importante, y a lo mejor pues hago menos hincapié en que me desarrolle un apartado para que me cuenten allí media historia, media película de tal, y se inventen cosas que al final no saben de lo que están hablando, es decir, rellenan con lo que a ti te escucharon pero no tienen claro el proceso. Entonces yo, a lo mejor, ese tipo de preguntas de los ejercicios del libro las dejo, las obvio, puedo comentarlo en clase, lo podemos trabajar de forma oral, pero de forma escrita prefiero que les quede algo muy concreto, que ellos lo entiendan, por ejemplo, de la pág. 67 la 2 no la suelo hacer escrita, quizás oral, pero escrita no, porque es un rollo que intenten explicar todo eso cuando en realidad no lo van a entender. De la página 69 no hago ninguna, al igual que de la 71. Por ejemplo, este esquema que viene en el libro (pág. 70), ves, completa el esquema, si tú tienes claro el proceso de la digestión, sabes como es la alimentación, el proceso digestivo, de que se trata de la digestión, de la absorción, de la eliminación, es decir, y eso lo tienes claro, y entonces ahí le vas poniendo lo que tú quieras, pues los complementos, que si el quimo, que si el quilo, que si la respiración, cómo influye, es decir, vas un poco, pero digamos que con esto vas abriendo el camino, entonces yo lo trato como un punto de partida. Bueno, claro, es que depende del momento porque otras veces decimos, vamos a hablar, cuando ya introdujiste el tema, pones nutrición y entonces a partir de ahí la alimentación, vamos a relacionar esto, este y esto, y entonces a partir de ahí ir haciendo el esquema porque yo creo que los críos van siguiendo el proceso, el paso que estás dando, no lo ven como algo desligado de todo. Yo, para mí es un, vamos, es una cosa que hasta ahora siempre me dio muy bien resultado.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?,¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Bueno, en casa sobre todo el trabajo de investigación, y para clase un trabajo más bien digamos, bueno, pues eso, de la explicación que tú acabas de dar, para que a ellos les sirva como un recordatorio, pero lo otro, digamos lo de investigación, un poco que lo hagan en casa, para luego traer material todos y ya hacemos la puesta en común y ya hacemos, vemos lo que sacamos del tema.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Las hacemos todas de forma individual, porque si nos ponemos a hacer esta individual, esta en grupo, esta individual...a los niños los lías, se lían, y al final acabamos tú sin saber qué hacer. Yo las hago todas individuales.

Incluso cuando vamos a la fábrica, evidentemente allí se va en grupo, pero yo después les mando hacer un trabajo individual en clase sobre lo que vieron, una redacción.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Bueno, dependiendo, si en el momento están cometiendo un error ya los corriges instantáneamente. Si cuando ves el error, es cuando hacen el trabajo y te traen una cosa que no, para nada tiene que ver con lo que tú dijiste, ese es el momento de, mira, este grupo o este niño hizo esto, ¿qué os parece,?, esto creéis que encaja dentro de la explicación, no encaja, es lo que os pedíamos; entonces un poco ir desmontando, es decir, hacer el proceso a la inversa.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Hombre, casi siempre en memorizar determinados nombres, aunque ahora son sencillos, pero bueno, ellos se pueden armar un poco más de dificultad. Y sí, más o menos esa es la dificultad que pueden encontrar, por ejemplo la de la pág. 61, la 1

y la 2, todas las de la página 63, no es que les resulte difícil hacerlas, porque copian los nombres del texto y punto, pero sí que es difícil que logren memorizar esos conceptos.. A lo mejor alguno, que quizás todavía no tenga mucha destreza para investigar, buscar, qué puede completar, le cueste trabajo, o por comodidad no lo haga, y entonces diga, “es que no supe, no sabía por donde empezar”, bueno, las típicas disculpas. Por ejemplo, de la pág. 67, la 3 les suele resultar dificultosa o la de la pág 68 la 7

Las que les resultan más sencillas son las de completar, porque tienen en libro delante, y ese como es el punto de referencias, pues les es lo más fácil, porque miran, copian y listo, pero eso no quiere decir que hayan aprendido.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

Pues por ejemplo, estamos aprovechando que vamos a Bonilla y hablamos de la alimentación, entonces hablamos de la dieta, de tal, que configuren una dieta equilibrada, que conozcan hábitos buenos y malos y que sepan por qué son buenos y malos. Es decir, cualquier visita que realizas, pues lo extrapolas y aprovechas y lo relacionas con lo que estamos trabajando. Entonces, en cualquier momento que surge, aprovechas el tema que estás tratando, claro.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Pues claro, como un complemento para que ellos además lo vean, porque las cosas que ven visualmente y ven el proceso de cómo se hace, pues les queda mucho más claro en la cabeza.

Pues en realidad sirven como eso, como un complemento importante.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Bueno, aquí depende, a veces es preferible hacer la visita primero, sobre todo si no saben lo que van a ver, y luego cuando llegan...tú en clase puedes decir, vamos a ir a ver tal cosa, fijaros en este detalle, en este y en este, pero luego cuando

vuelven, ya después de explicado, y después de visto, y con lo que se trabajó en el aula, me parece que se le saca más provecho. Si los niños...porque el proceso contrario eh, tiene para mí el inconveniente de que si llevan todo masticado de clase luego llega la hora y se ponen a mirar y a pensar en cualquier cosa menos lo que les están explicando en aquel momento, es decir, la atención es mínima, y con los problemas de atención que hay ahora...eso es lo que me suele pasar. Entonces yo la realización depende un poco, siempre algo previo, siempre, y después dependiendo de la respuesta un poco, como vuelves a incidir en la visita, también te demuestra el niño que se fijó y el que no, a quien tienes que recordarle, que volver a insistirle algunas cosas y a otros no.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Claro, yo siempre bueno, siempre que hago una salida, una visita, una excursión o lo que sea, el trabajo que se hace fuera se evalúa en clase, es decir los niños no van digamos por pasar un rato, para perder una clase. Entonces vas y haces algo, claro que sí, ese tipo de actividades se evalúan. ¿Cómo se evalúan?, pues mediante un trabajo escrito, una redacción en la que cuenten lo que vieron dando su interpretación, se puede hacer en grupo...

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Bueno, las dificultades típicas del niño que atiende y el que no atiende, porque hay alguno que sí que le interesó e incluso descubre alguna cosa que vieron, y te dicen, pues mira profe, vimos tal cosa, y en cambio hay otro, el típico que fue por allí y dice, vaya rollo el que me soltaron esta mañana, y ni caso.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Lo componen cinco temas: os seres vivos, os animais invertebrados, os animais vertebrados, as plantas, a nutrición humana.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Sí, se les suele preparar unas fichas acerca de lo que hiciste esa semana y después al final se les hace una especie de examen más concreto.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Bueno, aquí, según el libro aquí pone la nutrición humana tiene la alimentación en sí, el proceso de la digestión, la respiración y la excreción y la circulación, luego ya vendrían las actividades, y bueno, las enfermedades relacionadas con la nutrición y después también prevenir con los alimentos, prevenir mejor que curar. Osea, que serían estas partes las que tiene.

Todo esto sería la unidad didáctica y entonces, bueno, dependiendo como se diese la evolución, una semana, dos semanas, tres semanas, un poco el tiempo. En principio lo programas y lo tienes ahí, pero luego, hay veces que un tema pasa de las tres semanas, te dura el mes perfectamente, y hay otras veces que dices, mira, se me fue, y lo entendieron y ya lo hicieron, y ya... depende un poco. Y claro, todos los cursos no te llegan de la misma manera, depende de los alumnos, del nivel que tienen.

En definitiva, sí que hago una prueba específica de la nutrición, porque hago exámenes o controles como quieras llamarle por temas, y las hago cuando está preparado el tema, cuando ya está explicado, porque claro, no se va a hacer antes.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Claro, pues por ejemplo en este caso los temas relacionados con la nutrición.

El examen lo hacemos al acabar todos los temas, hacemos un examen general en el que se incluyen preguntas sobre todos estos temas.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Hombre, las preguntas, las típicas preguntas que tienes que hacerles, entonces un poco valorando en lo que tú hiciste más hincapié, son las preguntas que les vas poniendo.

Las preguntas suelen ser tipo test, de relación, que completen algún texto, también como el esquema que viene en el libro, es decir, que completen. Y luego una pregunta un poquito para que te cuenten a ver qué fue lo que entendieron al final pues de la nutrición lo que se considera más importante para que desarrollen: qué es la nutrición, cuáles son los principales alimentos que necesitamos para nuestra nutrición y luego el proceso todo, el aparato digestivo, las partes y tal, es decir, una cosa ya más elaborada.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

Eehh, yo creo que tienen más dificultades en las de desarrollar, casi siempre, en las largas porque se lían un poco y no son capaces de seguir porque no saben redactar y muchas veces porque tampoco saben los contenidos, y en una pregunta corta puede ser relativamente fácil, o una tipo test, pero una pregunta de desarrollar no puedes inventar porque entonces se nota y ya se te da por mal. Por ejemplo, en la de definir el proceso de nutrición, les resulta complejo porque tienen que “mezclar” todos los contenidos, y plasmarlo les resulta complicado.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Yo tengo en cuenta todas las actividades, tanto las del libro como las que no. Todo lo que hacen los niños en clase o en casa que tiene que ver con el cole, yo se lo tengo en cuenta, para bien o para mal. Porque de nada sirve que a un niño le mandes hacer un trabajo si después ni se lo vas a mirar o a corregir, ellos eso lo saben y no les gusta, y además eso hará que la próxima vez no se esfuercen y cuando se tengan que esforzar en un examen, pues tampoco lo harán.

La forma en que lo tengo en cuenta, pues suele ser un tanto por ciento de la nota, pero no te puedo decir una cifra exacta porque eso varía, depende cómo vea que van los niños, pues puedo poner un 20% de la nota, o si van mejor, pues lo tengo en cuenta como un 30%, depende.

Lo que valoro, lo primero, es la limpieza, eso es primordial. Si alguien me entrega un trabajo sucio o la libreta sucia se lo hago repetir explicándole el por qué, claro. Eso es esencial para mí. Después, evidentemente que las traigan hechas, que lo hagan bien, que se esfuercen en hacerlas, que sean originales, etc.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Solo las preguntas de exámenes del apartado I.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 8

Experiencia docente: más de 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Mira, como en la nutrición intervienen diferentes aparatos y todos ellos están relacionado y es importante que lo sepan, pues sería un mes, porque aquí las programaciones son mensuales, entonces dentro de un mes se trabaja lo que es la nutrición, abarcando todo, claro, el aparato digestivo, el aparato respiratorio, el aparato circulatorio y la energía, pues posiblemente un mes, porque cada mes estamos programando dos temas. Entonces ponte que si intervienen todos los aparatos, un mes, o dos porque al dar el aparato digestivo, el circulatorio, el excretor y el respiratorio, los cuatro aparatos, al ser cuatro temas, damos dos temas mensuales. Entonces posiblemente, a lo mejor, claro, con todos los aparatos relacionados eh, me entiendes, pues damos dos meses.

Vamos a ver, lo importante para mí es que los niños conozcan bien cómo es nuestro organismo, cómo funciona, y que lleven a cabo una alimentación sana y equilibrada para poder disfrutar de salud y cuidarse en la vida, y saber que hay que tener energía para poder tener una vida sana. También trabajar con ellos en esto de la alimentación, que es muy importante, porque ellos tienen muy malos hábitos alimenticios, aquí a la hora del recreo son chuches, bollería, y muchos niños, no todos, pero la mayoría, vienen sin desayunar, sus papás, por motivos laborales, sabes que trabajan, entonces por motivos de trabajo, tal y tal, pues vienen sin desayunar, y eso que se les insiste en la reunión de padres anualmente que hacemos una reunión con los padres y les insistimos con que traigan a los niños alimentados, que el desayuno es la alimentación fundamental digamos del día, es como yo les pongo el ejemplo, usted si no le echa gasolina al coche, el coche no puede andar, pues si usted a su hijo no le alimenta, su hijo no puede funcionar en el colegio, pero no obstante a veces investigamos y observamos en el recreo que comen muchas chuches, eso indica que en casa no les dan lo suficiente y bueno

también alguno trae fruta eh, empiezan a traer frutas, pero sobre todo a nivel de los pequeños, de 3º y 4º, que es cuando más puede influir la tutora y traen piezas, traen cacharritos con frutas, insistimos mucho en esto, pero claro, los padres también tienen que poner de su parte, pero por motivos laborales a veces ya te digo, no pueden, aunque quieran no pueden, van a lo fácil, y concretamente, yo en mi clase tengo 4 ó 5 niños obesos, tirando a obesos eh?, y a veces los veo en el recreo comiendo chuches y les digo, no comáis eso hombre, comer una frutita, una pieza, un actimel, pero claro, no depende sólo de ellos.

Las destrezas, bueno, pues mira, qué destrezas, pues vamos a ver que conozcan bien los cuatro aparatos pero a nivel general, que sepan donde están, tampoco, yo soy partidaria de que el niño sí tiene que memorizar ciertas cosas, no la chapatoria que había antes, pero que el niño memorice y que al mismo tiempo con medios audiovisuales que vaya completando. Es decir, que conozca bien los cuatro aparatos, que sepan que están relacionados para realizar la función de la nutrición y que tienen que funcionar perfectamente para tener una vida sana y equilibrada y poder desarrollar el día de mañana pues un trabajo, tener energía y gozar de buena salud.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Los niños piensan que nutrirse es alimentarse, no ven la diferencia, por lo menos cuando llegan a mi clase, ellos confunden ambos términos, como si fueran sinónimos.

Y también, como estamos con el programa PERSEO, que nos nutrimos para estar sanos y tener salud, y otros piensan que nos nutrimos para no estar gordos. Yo creo que en el tema de la salud están concienciados por esto que te estoy comentando del programa, porque yo justo hoy entregué las fichas del programa PERSEO de los padres. Ahora los niños comer es alimentarse, la nutrición para ellos es comer, osea, no relacionan yo creo que con ningún aparato del cuerpo ni nada, simplemente con comer.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Mira, en sí está el libro de texto, lo que pasa es que hoy tú sabes que las editoriales con esto nuevo de la LOE los libros de texto los están adaptando con lo de las competencias básicas. El otro día aún fuimos concretamente a que nos presentaran programas, o sea, los libros, pero ahora incorporan todo esto en cd's interactivos, en que los niños por ejemplo, y está muy bien, a mí me encantó, porque por ejemplo, imagínate, les pone el aparato digestivo, entonces el niño pues tiene que ir arrastrando pues boca, faringe, ta ta ta, y si no encaja les pone mal, ya no les deja seguir aquí y vuelve a lo mismo. Y entonces, pues está muy bien yo creo compaginar lo del libro, que en el libro está bastante ampliado, y luego también yo digo incorporar siempre algún medio audiovisual porque tú sabes, y las nuevas tecnologías es que claro, las tienen que empezar a manejar y que incluso a través de Internet pues a veces pueden hacer un pequeño trabajito, investigan sobre tal cosa, sobre lo de que si no te alimentas bien qué problemas puedes tener en la vida, todo este tipo de cosas. E incluso, las editoriales, a parte de los juegos interactivos que están muy bien, me encantaron, van también a pequeños vídeos sobre la nutrición, nos pusieron un pequeñito vídeo allí y ponía "qué es la nutrición?" y en 10 o 20 minutitos les explicaba, claro, las ideas básicas (crecer, correr...), entonces claro, está muy bien compaginar una cosa con la otra. Este vídeo se lo puse yo a los niños y les pregunto qué han aprendido, para introducir el tema

Hoy en día hay libros que ya ponen cd's y ahora a nosotros con las competencias básicas nos entran en el tercer ciclo nos están las editoriales presentando materiales y muchas incorporan un cd y en conocimiento de medio concretamente pues te ponen, el otro día, precisamente, fue la semana pasada nos pusieron el aparato, esto, el aparato digestivo y ponían, boca, faringe, esófago...coloca cada parte en su lugar, entonces ellos iban arrastrando, nos lo explicaba la chica, entonces si no era correcto se lo devolvía, claro, te decía error. Y después nos puso

el video, y claro, este año entran las competencias, entonces me imagino que las editoriales, también todas, irán por esa línea.

Hasta ahora se trabaja mucho con láminas nada más, láminas preciosas, muy llamativas, muy bonitas, hasta ahora estamos trabajando con láminas, no empezamos con el cd. Yo me imagino que este año, si el otro día se escoge ese libro, hombre la editorial esta concretamente lo traía, entonces para que se vea aquí tenemos pizarra digital y tu puedes llevar a los niños y que vayan viendo la imagen, y lo que sí, es que si lo trae una editorial, las demás también lo traerán.

El libro que se utiliza en este cole es de la editorial Vicens Vives, del año 2007, y concretamente te estoy hablando del libro de 6º de Primaria.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Sí, vas quizás al grano, sí, lo más importante no?, pero procuras dar todo porque los programas están muy bien preparados y se toca todo, quizás en algunas cosas haces más hincapié que en otras, como ya dije antes, pero hablar se habla de todo lo que viene en el libro. Además, tenemos implantada la calidad en el colegio, y uno de los procedimientos de calidad indica que tienes que dar completo el libro de texto. Hombre, quizás si un punto no lo ves tan sumamente importante pues no lo tocas tanto, pero dar se da todo eh?.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Son amplios, sí, son amplios, pero bueno, también los niños tienen que ir aprendiendo, acaban Primaria con 12 años y también las ideas clave las tienen que saber.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Yo pienso que a veces si sale algún tema puedes transversar. Sí, sí, sí, porque las transversales van por el medio y siempre se quitan cosas, como por ejemplo temas relacionados con la salud, el consumo, etc. Imagínate por ejemplo estás dando y el tema transversal es educación medioambiental, pues aprovechas y le metes algo

relacionado con el medioambiente, por ejemplo el reciclado, o cuidar el entorno. O con temas de salud, que el niño te levanta la mano para preguntarte, como por ejemplo algún tema de enfermedades, entonces ahí empiezas a explicarles, les metes en el medio cosas que quizás en el libro no vienen, como por ejemplo normas en la alimentación, reducir consumo de dulces, cepillarse los dientes, etc.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Lo que hacemos es leer el tema entre todos, quizás un trozo lo lee fulanito, otro trozo lo lee menganito, y así hasta terminar el tema. Después de haberlo leído se va exprimiendo todo el tema poco a poco, se explica lo que no entienden, se va preguntando lo que cada uno conoce, en este caso sobre la nutrición, se expone las dudas, se explican y después mandas las actividades

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Yo por ejemplo doy todas las relacionadas con el tema, las más importantes, las que yo veo que están apropiadas para contestar al tema. Por ejemplo, las del principio, las de la página 18, las suelo hacer oral, porque sirven para introducir el tema, pero tampoco van más allá. Las otras a lo mejor si nos da tiempo pues las podemos contestar a nivel oral, se hacen comentarios simplemente. Las de investigación, por ejemplo la de la página 35 el ejercicio 1, algunos niños que tienen algún medio en casa, pues les dices, bueno, pues podéis hacer, acabar algo sobre las piedras en el riñón (que por otra parte, algunos conocen de oídas pero no saben lo que es), pues hala, investigar en casa, y si alguno, si tiene por ejemplo Internet en casa, que en clase hay 7 u 8, pues sí que buscan y te lo traen para el próximo día, pero quizás todo eso sea optativo, voluntario, pero los niños se esfuerzan eh,

porque si tú les propones un trabajo interesante, aunque no tengan Internet, pues que si su padre, que si su abuela que si su tía sí que tienen Internet, y a lo mejor se te convierten en la mitad de la clase.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Todas las considero importantes, o casi todas vamos, porque en realidad, de una forma u otra, todas sirven para que los niños adquieran conocimientos.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Alguna siempre se quita, la que veas menos importante. Por ejemplo, de la página 23 el 1, pues la suelo quitar, no por nada, sino porque no me parece ni un experimento, ni una investigación, realmente es algo que no sirve para mucho, al igual que el de la 35 el 1. De la página 27, el 3 y el 7 pues tampoco lo hago, porque no considero de suma importancia que conozcan el lugar exacto donde están los órganos, prefiero que conozcan su función, el lugar ya viene en el texto, no hace falta hacer ejercicios. Tampoco hago el 2 de la página 29.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.1.4. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Pues es lo que te dije unas preguntas más arriba, lo que hacemos es leer el tema, después de leerlo, se va explicando, se va preguntando lo que cada uno conoce, en este caso sobre la nutrición, se expone, se explica y después mandas las actividades.

Depende, la mayoría de las veces se empiezan en clase, ahora bien, si no te da tiempo a terminar alguna, se termina en casa.

4.1.5. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

En principio y por norma general todas las actividades del libro se hacen de forma individual. No por nada en particular, vamos, pero es que como te dije antes, yo las mando hacer y las empiezan a hacer en clase, pero la mayoría de las veces, por no decir todas, las tienen que terminar en casa por falta de tiempo, con lo que es difícil que las puedan hacer en grupo. Esto no quiere decir que con casos excepcionales se actúe de otra forma, es decir, que las hagan en grupo, pero en el tema de nutrición, no.

4.1.6. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Siempre se corrigen al día siguiente de mandar hacerlas. Al día siguiente participan todos. Yo por ejemplo, concretamente digo, a ver, usted usted usted, y todos participan, todos dan sus opiniones, y ya les dices esta está correcta, esta no y tenéis que corregirla porque no está bien, pero les vas preguntando a todos, porque me gusta que participen todos, claro. Pero se corrigen al otro día, después eh?.

4.1.7. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

A lo mejor quizás en las de desarrollar, porque se les hacen más pesadas. Con desarrollar me refiero a hablar de un tema que, a ver, no, me refiero a que se les pregunta algo que ellos tienen que interpretar, pero que no encuentran en el libro la respuesta tal cual, me entiendes?; es decir, que si ellos tienen que interpretar cualquier situación, que tienen que hablar de algo sobre lo que no está escrito, pues ahí se les complican las cosas. Por ejemplo de la página 33 el ejercicio 1 es complicado cuando al niño le están diciendo que busquen una definición de bomba para luego compararlo con el corazón.

Más sencillas para ellos, a ver, no se trata de más sencillas, pero investigar les gusta, sí, buscar, los niños que tienen medios a su alcance más todavía, incluso a veces tú no les mandas cosas y te traen ellos. Entonces si algo les gusta, pues siempre se les hace más fácil, más llevadero. La de la página 35 el 1 que es de investigación. Además, también les resultan sencillas las actividades en las que no

tienen que interpretar, es decir, que sólo es “copiar” lo que viene en el texto, por ejemplo de la página 21 la 2, 3, 4, 5 y 6.; de la página 23, la 2, 3, 4 y 5; de la página 25, la 1, 2, 3 y 4; todas las de la página 27; de la página 31, la 2, 3 y 4; de la página 32, la 2, 3, 4, 5 y 6; todas las de la página 36.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

En 5º al laboratorio no van, van más en Secundaria, y a partir de Secundaria incluso tienen ordenadores en el aula, entonces los profesores sí que trabajan con ellos en esos temas, pero eso ya es a nivel de Secundaria eh.

Al aula net nosotros no vamos, porque yo esas cosas de buscar información se la mando para casa, aquí en el colegio no, por ahora, luego cuando venga el tema de los cd's, pues quizás cambie, pero a día de hoy no.

A museos sí, cada curso tiene tres salidas extraescolares obligatorias al año. La Domus la visitan continuamente, y allí pues hablamos de la dieta porque hay un módulo que como bien sabes se dedica en exclusiva a eso, incluso podrían elaborar ellos una dieta lo que pasa es que la máquina siempre está estropeada. También se les habla del funcionamiento del corazón, de sus partes, etc, pero la verdad es que allí, bueno, una chica te explica fantásticamente las partes del corazón, cómo funciona, te hacen una disección, pero no te lo relacionan con la función de la nutrición, eso no, simplemente hablan del corazón.

Incluso fíjate, que aquí en el colegio trabajamos la semana de la interculturalidad porque tenemos muchos niños procedentes de la emigración y el año pasado concretamente, yo tengo dos niñas de Rumania, y entonces pues nos tocó trabajar el tema de Rumania, y entonces les decíamos, pues vais a buscar comidas típicas que hay en Rumania, y entonces buscaron y traían recetas típicas de Rumania, osea que a veces... sí, pero claro, esos son los niños que tienen medios a su alcance; aquí en el colegio hay una pizarra y algunos ya empezamos a manejarla un poquito, pero estamos así así. Incluso, que me olvidaba de comentarte, hay que

decir que las madres se portan maravillosamente porque nos trajeron comidas típicas hechas, como por ejemplo las arepas de Venezuela.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para que crees que sirven en realidad?

Pues para completar lo que se dio en clase, para que los niños vean lo mismo, o algo parecido, pero de otra forma, algo más práctico.

Sirven para eso, para completar lo que se dio en clase, para ver la teoría en la práctica.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Pues eso depende de lo que marque el colegio, no depende de nosotros. Nosotros hacemos una petición, bueno, el colegio la hace, y después cuando nos den fecha pues vamos, pero bueno, como el tema de la nutrición suele ser al principio, pues la salida a los museos suele realizarse después de dar el tema.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Bueno, cuando vas a un museo, después te dan una valoración, nos mandan una valoración porque está relacionado con descubrir Coruña y nosotros tenemos que evaluar, entonces les preguntamos a los niños, qué os ha parecido el museo, cómo lo valoraríais de 1 al 4, entonces pues ellos te dicen pues 3 ó 4, entonces les preguntamos a ellos cómo lo valoran, qué fue lo que más les gustó, osea hacemos una valoración global, entre todos.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Pues a lo mejor si les ponen por ejemplo un vídeo demasiado amplio, nosotros concretamente cuando fuimos a Terras do Miño, reservas de la biosfera, otros años, pues ese vídeo es un poco extenso, entonces a los niños, a lo mejor, les gustaría ir a cosas más concretas, porque luego te dicen “seño, el vídeo lo vemos un poco largo, demasiado tal...”; a lo mejor también utilizan un vocabulario un poquito amplio, porque el vídeo me imagino que lo tendrán un poco así a nivel, incluso hasta para la ESO, más general, entonces los niños ahí a lo mejor lo ven un poquito largo, porque claro, el personal de los museos tiene un texto y es ese mismo texto o los vídeos para todos, apenas adaptan ese texto para el nivel

educativo que tienen enfrente, y claro, eso los niños de Primaria lo notan porque se les hace difícil de entender, y como no entienden pues no atienden y así puede convertirse en una salida sin interés y nada aprovechable.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Eh, si son 4 temas...nosotros estamos evaluando 5 temas por trimestre, entonces si son 4 temas, metemos 5 en cada trimestre, porque son 15 unidades, y entonces en cada trimestre 5 temas, si tiene 4 el aparato digestivo, el aparato respiratorio, el aparato circulatorio y el aparato excretor, forma casi un trimestre, con otra más.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Nosotros por calidad tenemos que hacer, como mínimo, dos pruebas evaluativas por cada trimestre.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Pues como he dicho, tenemos que hacer como mínimo dos pruebas evaluativas, pero yo, por lo menos, suelo hacer lo que llamamos control por cada tema, al final de cada tema, porque creo que eso les sirve para ir estudiando y no dejarlo todo para el final.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Pues hago la del final del trimestre, es decir, la prueba evaluativa global del trimestre, en la que se incluye también la nutrición humana. Esta prueba la realizamos al final del trimestre.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Pues las pruebas evaluativas, por ejemplo, yo pienso que el niño algo tiene que memorizar, porque hoy también están un poco si la memorización sí o la memorización no, la memoria hay que ejercitarla y yo pienso que le pongo algo de

memorizar, algo siempre de relacionar, por ejemplo, relaciona los aparatos con los órganos, algo de un dibujo de texto para que vayan colocando las partes para que conozcan la anatomía de los sistemas; entonces ponemos diferentes tipos de ejercicios no?, para que el niño, yo vea si lo estudia, si memoriza, si el niño relaciona, si el niño sabe colocar cada parte del aparato digestivo, del circulatorio, ponemos con gráficos, dibujos y siempre también de verdadero falso, ya te digo, de completar y también un poquito de estudiar eh. Otra pregunta que planteo es explica el intercambio de gases entre la sangre y los alveolos.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

A lo mejor lo de, imagínate, en el aparato circulatorio un poco el intercambio de gases, les cuesta un poco entender eso no?, el O₂, el CO₂, relacionarlo con los otros sistemas, les cuesta un poco más, es decir, cuando les pregunto “explica el intercambio de gases entre la sangre y los alveolos”; en el excretor quizás menos y el digestivo lo entienden bastante bien. Quizás el circulatorio es el que les sea más complejo a ellos.

Quizás es porque el digestivo es el que más se suele trabajar en clase o en cualquier cosa que sueles ver por ahí relacionada con la nutrición, entonces ellos es lo que más ven y oyen y les resulta más fácil.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Nosotros las pruebas evaluativas las evaluamos en base al 70% de la nota, lo hacemos así por el tema de la calidad, y el 30% se corresponde con la observación directa del alumno a través del aula, cómo participa, cómo colabora, cuál es su actitud, cuál es su comportamiento, presentación de libreta... entonces eso lo haces también para que el alumno que tenga un poquito más de dificultades parta, si lo de clase lo tiene bien, para con una nota un poquito ya, para poder ayudarlo. Entonces, evaluamos en el 3º ciclo, 70% pruebas evaluativas y 30% la observación de clase y seguimiento en el aula.

Nosotros evaluamos todo, es decir, puede ser que un niño tenga más dificultades de comprensión no? Y entonces, hombre, a lo mejor el niño no merecía tener una nota muy tal, pero tú lo ves que se esfuerza, que participa, que te trae trabajos de casa, que tiene una libreta muy curiosa, que preguntan...eso también lo tenemos en cuenta, lo valoramos.

Y luego tenemos en cuenta lo de clase, la libreta, cómo la presenta, si trae todos los ejercicios, si participa en el aula...eso también hay que valorarlo.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

A Coruña, 24 de novembro de 2008

6°C

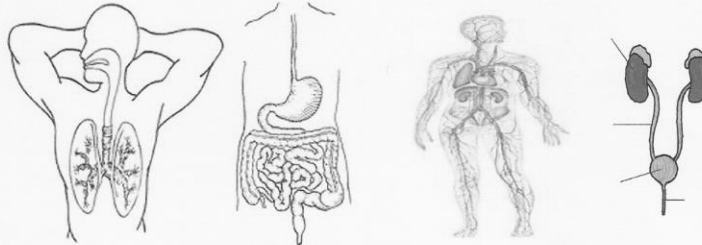
Apelidos e nome

1. Relaciona cada órgano co aparello correspondente:

Ano
Estómago
Pulmón
Intestino delgado
Corazón
Esófago
Bronquios
Ril
Intestino grosso
Uréter
Vexiga

Aparello dixestivo
Aparello respiratorio
Aparello circulatorio
Aparello excretor

2. Señala os órganos de cada sistema



3. Explica o intercambio de gases entre o sangue e os alveolos

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 9

Experiencia docente: entre 1 y 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Bueno, yo doy Coñecemento do Medio y Educación Física en distintos cursos, así que te voy a hablar un poco en general y después me centro en el 3º ciclo.

Cuando lo trato en clase, pues, se le dedican 2 – 3 sesiones como mucho en cada curso que se da. Además, en 3º, 4º 5º y 6º en Educación Física también hablamos en conjunto de temas relacionados con la nutrición, no sólo de la nutrición, si no que se van dando varias pautas a lo largo del año sobre ideas que deben fijar. Y lo que es en la asignatura de Coñecemento do Medio, se trata en 5º de Primaria y les viene literalmente en el libro una carilla (se refiere a nutrición/alimentación, excluyendo los órganos), les mandan hacer el típico ejercicio sobre qué es lo que comemos y sirve para que trabajes con ellos pues la cantidad de porquerías que comen en una semana, cómo sería la alimentación, la nutrición que deberían de seguir, y qué es lo que están comiendo. En 6º, en lo que es la temática del libro, no aparece.

En 5º de Primaria, en los libros sobre nutrición en cuanto al tema de comer viene muy poco, viene mucho del aparato digestivo y demás. De hecho, lo que se suele repetir año tras año es la pirámide nutricional, pero sólo eso. Yo hago referencia a todo eso, pero claro, también depende del tiempo que tengas, porque los temarios son muy complicados, y a profundizar todo lo que se quiere, pues no te da tiempo. Pero los temas de los aparatos, de los 4 aparatos también se trabajan, también se trabajan temas relacionados con la salud y con los primeros auxilios, sobre todo en la clase de Educación Física, pero que están relacionados con la nutrición, suele darse desde 4º a 6º una unidad cada año y no suele bajar de cuatro o cinco días cada unidad. Eh, este año, nos vino el padre de un alumno que trabajaba en ambulancias, entonces todo estos temas los reforzó, aprendiendo lo más básico y lo que no tienen que hacer.

La repercusión en el medio en relación con la nutrición, en el libro viene poco, eh, se trata pues desde cómo hacemos el comercio por junto, el comercio polo miúdo, lo que compran cómo afecta al nivel economía y cómo afecta a las familias. También depende un poco de lo que los chavales pregunten en clase, porque yo les dejo preguntar, y depende de las preguntas que te hagan, pues tiras por un sitio o por otro. Unos años trabajas más un apartado, otros otros, porque los chavales son muy diferentes.

A los aspectos que le doy más importancia, pues, lo primero, trabajo lo que es la parte fisiológica, lo que es el aparato digestivo, respiratorio, que vean la importancia, que aprendan a respirar, hacemos sesiones de juegos para que sepan todos los tipos de respiración que hay, que lo visualicen, se les ponen ejemplos de cómo respiran en los dibujos, que esa es una forma errónea, se les habla de cómo eso viene provocado por temas de modas. Y por otra parte trabajamos el tema de lo que es la ingesta alimentaria, sobre todo para eliminar, dentro de lo que cabe, todo el tema de chucherías y cosas que no tienen que comer, pero bueno, todo lo que se dice en clase, lo que se queda, y luego lo que les dicen en casa, muchas veces se contradicen, y como es más cómodo darle una chorrada de un bollo...

Lo que pretendo que adquieran es que conozcan las funciones de los aparatos que intervienen en la nutrición humana y también que sepan comer bien.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

Ppfff, pocas. Saben que hay, que las gominolas y demás no hay que comerlas mucho, pero, en el cole están todo el día comiendo. Algunos, poquitos, sí vienen con manzanas, sobre todo si ven que algún profesor viene con alguna manzana o alguna otra cosa.

Vienen con ideas muy vagas del tipo de productos que se pueden comer y que no se pueden comer, de lo que es bueno y de lo que es malo, mucho es por lo que ven en televisión. Pero ya te digo, las ideas son muy vagas.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

Utilizo el libro de texto, sobre todo para tema de esquemas y lo que sería la parte física, o sea, la parte teórica del aula; utilizo juegos en el aula, sobre todo para tratar temas de la nutrición y de la salud en general. Y también utilizamos recursos del Centro Nacional de Investigación y Comunicación Educativa (CNICE), recursos online y cosas que vas encontrando por ahí, que las pones con un cañón y un powerpoint...por ahí andamos.

La editorial es la del colegio, EDEBÉ-Rodeira, del año 2009.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Tratamos absolutamente todo, todo, alguno se amplía, dependiendo del año se manda hacer trabajos. Habitualmente, en el tema de la nutrición, se les manda hacer un trabajo en grupo, sí que se hacen trabajos, pero lo que es el libro se trata todo, absolutamente todo y se amplía, es decir, se meten juegos, se meten charlas, vas completando con preguntas que ellos te van haciendo, aunque a veces ellos preguntan y lo que yo les digo es que busquen esa información por su cuenta en casa y al día siguiente la presenten ante todos. Pero bueno, si es una palabra o alguna cosa pequeña que no entendían, pues se comenta en ese mismo momento en clase, se comenta en voz alta.

Los temas que suelo ampliar son los relacionados con el tema de la alimentación, que sepan alimentarse, que conozcan la pirámide de los alimentos, los alimentos en general, cuales son buenos y cuales son malos y no sólo comer chucherías, que es lo que suelen hacer.

También, como ya dije, me interesa que aprendan a respirar, que tengan buenos hábitos relacionados con la respiración porque les servirá para no tener problemas en el futuro.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Eehhh, complejo, a ver, depende de la editorial trabajan unas cosas o trabajan otras. Yo sinceramente, estos libros tienen un nivel muy alto, para mí gusto; están muy bien pero no te permite que te explayas con el libro porque no te da tiempo a acabar los temas, y los padres muchas veces te dicen que si el libro tiene 15 temas pues tienes que darlos, aunque realmente no haga falta, porque el temario es de la editorial no es del DCB. Pero bueno, se adaptan bastante bien, están muy bien tratados, aunque en exceso algunos, y te viene bastante material informático, desde powerpoints, a archivos relacionados con la nutrición, cómo es la nutrición, cómo nos debemos de alimentar...

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Sí, intentamos a poquitos, lo que se puede, porque el tiempo es muy limitado y no te permite hacer todo lo que quieres, sobre todo temas relacionados con la educación física. Ya sé que eso es por mí culpa, porque yo soy profesor de educación física, pero bueno, en las clases trato temas como prácticas de respiración y temas de comercio, de economía.

Los temas que se suelen ampliar que no vienen en el libro de texto, pues como te digo dependen del año y del curso, porque no es lo mismo un año en el que te toquen alumnos participativos, que pregunten, etc, a que te toque un grupo que son callados y que nunca preguntan. Lo que suelo ampliar son los aspectos prácticos relacionados con las formas correctas de respiración, el tema de la alimentación, que sepan alimentarse y no sólo comer chucherías, que es lo que suelen hacer.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Bueno, mira, en principio intento hacer algo que, si no ha cambiado la ley, es que los chavales tengan que hacer los ejercicios en clase, con lo cual al final de la unidad les dejo 2 horas literales de clase, 2 ó 3, dependiendo del ritmo de los chavales.

Bien, entonces la secuencia sería, o se traen el tema leído de casa o bien lo leemos en clase, desde el principio al final del curso esto puede variar, dependiendo el ritmo que vayas llevando, pero siempre se explica todo lo que viene en el libro primero, se explica todo, preguntas, dudas, etc etc, visionado de lo que haya que visionar y completar alguna cosa a mayores si es que la hay que completar, luego hacemos ejercicios, corregimos los ejercicios, pregunto sobre el tema.

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

4.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Pues mira, del libro utilizas las que vienen dentro de cada apartado del tema. Utilizamos también las del final del libro.

4.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Todo tiene su importancia. Hombre, las del libro son las que hay, hay que darlas, no te queda más remedio. ¿Las de fuera del libro?, pues son complementos a mayores, suelen ser más activas normalmente, decides tú lo que se va a hacer y lo que no..., pero muchas veces, lo que pasa la primera vez es que vas a descubrir, a ver qué tal sale, y es más, de año a año va cambiando la gente o las ganas o yo no sé lo que es, pero lo que eran actividades maravillosas de repente se las cargan y a lo mejor a los niños sí que les gustan porque es la primera vez que van pero a lo

mejor gente que ha ido dos o tres años seguidos vas viendo que el nivel de aprendizaje o el nivel de interés de la actividad va bajando.

Eh, ¿más importantes?, yo les daría la misma importancia, unas son más divertidas para los niños, que son las que están fuera del libro, que siempre son más atractivas en un principio, pero lo que es muy importante es cómo des la clase; tú puedes hacer que los niños estén muy interesados en la asignatura dependiendo de cómo des la clase.

4.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Dentro del tema de la nutrición, básicamente, sí, vamos a ver, alguna sencillita como que copien un dibujo y demás, que ya lo saben hacer. Por ejemplo, dibujar los sistemas... (página 23, ejercicio 2; página 29, ejercicio 13 ó página 33, ejercicio 6), no me parece del todo importante, me parece más importante que vean lo que realmente hacen a la hora de comer y a partir de ahí poder hablar del tema.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

4.2.1. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Las actividades se plantean para hacer en clase, siempre, a no ser que no dé tiempo, es decir, si queda una actividad o dos por hacer y veo que en clase no les da tiempo, pues mira, las hacéis en casa que tampoco pasa nada.

4.2.2. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Eh, en principio se hacen individualmente casi todas, luego hay actividades como juegos o para trabajar, yo qué sé, el tema de la alimentación, de cómo pasa el bolo alimentario por las distintas fases, pues sería un trabajo en pequeño grupo, evidentemente.

4.2.3. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

En clase, una vez que acabamos el tema o acabamos de explicar, cuando están todas hechas, al final, se corrigen todas juntas, pum, pum, pum, y automáticamente

se va preguntando, incluso dentro de las actividades si hay alguna cosa que quieres preguntar a mayores...pues en esta actividad viene esto, entonces les preguntas para ver si se han enterado, si no se han enterado, algo que tiene relación...y si algo está de moda últimamente, pues vas aprovechando para que cojan cultura sobre todo.

4.2.4. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Tipos de actividades, puf, en las de entender, cualquier actividad de cualquier libro que sea de entender, que no sea de relaciona o de completa, eso es muy facilito, las que les cuesta más es en las que tienen que pensar o que a lo mejor la pregunta les viene en la página 25 pero la respuesta está en la página 23, como no la tienen delante, no están acostumbrados, vienen de sistemas distintos, cada uno tiene sus sistemas, y todas son válidas, pero eso les cuesta. Por ejemplo, todas las preguntas de la página 32 y las preguntas 1, 2, 4, 5, 6 de la página 33, pues son bastante complicadas.

Otra que les cuesta es la de la página 25, ejercicio 7, no porque sea difícil, si no porque la respuesta no se encuentra en el libro, es algo que tienen que elaborar ellos, y les resultado muy complicado.

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

Pues utilizo las de Educación Física, obviamente, como ya comenté anteriormente.

Luego utilizamos Internet, utilizamos recursos del CNICE que tienen bastantes cosas interesantes. Eh, y luego cosas que vas encontrando por Internet de diferentes editoriales, transparencias... hay mucho en Internet, el problema es que hay mucho y tenemos poco tiempo para dar las cosas. Y luego depende del tiempo que tengas pues solemos ir al aula net para ver algo sobre el tema. Por ejemplo, en

la página del CNICE hay una aplicación interesante (http://ntic.educacion.es/w3/eos/MaterialesEducativos/mem2007/enigma_nutricion/enigma/index.html) que sirve para facilitar el aprendizaje de los conceptos y procesos relacionados con la nutrición del ser humano, trata el sistema digestivo, la pirámide...

Al laboratorio no es que solamos ir, más bien yo traigo cosas del laboratorio a clase para enseñarles, como por ejemplo el ojo, los huesos...pero sobre nutrición en concreto no, porque sinceramente no creo que yo tenga los conocimientos necesarios para impartirle una clase de laboratorio.

Museos por ejemplo vamos a la Granja del Queso, les explican todo el proceso de la fabricación del queso, y ahí vemos el origen de los alimentos del medio, de dónde proceden, etc. Eh, van a la Casa de las Ciencias y ven las exposiciones temporales, ¿qué más cosas hacen?, van a la panificadora...hombre, no están directamente relacionadas con el proceso nutricional, pero sí que tienen bastante que ver, porque allí se les explica temas relacionados con la alimentación, etc. La verdad es que hay alguna salida más, pero ahora mismo no me acuerdo.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

Eh, son generalmente con las que más se quedan en cuanto a la información que se les da, si está bien planteada, lógicamente, es con lo que más se quedan. Generalmente, aunque tú se lo hayas explicado, les queda mucho mejor si se lo explica otra persona en un museo, o lo ven en Internet...vamos, que no sólo sea escuchar al profesor. Pasa con esto, pasa con los primeros auxilios...ah, es que aquel chico de fuera nos explicó esto..., pero dios mío, si os lo acabo de explicar yo ahora mismo..., ya pero les queda más lo de fuera. Pero bueno, están en una época en la que la información entra mucho mejor por los ojos.

¿Qué pasa muchas veces en una salida?, que tú los preparas perfectamente en clase, sabes lo que les has dicho, lo que no les has dicho, pues nada, llegan allí y como si fuesen una tabla rasa, como si no supiesen nada, y tú se lo has explicado, se lo has dicho, se lo has leído, les has dado toda la información posible habida y por haber, que incluso no habría que hacer la salida para nada, pero llegan allí y les hace una pregunta el monitor y ni idea, como si no supieran nada.

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Dependiendo, hay actividades de fuera que te vienen dadas, pues hay esto, esto y esto y tú eliges, pero cuando ellos te digan, no te queda más remedio. Intentas, dentro de lo posible, si te avisan, hacer que coincidan los temas de las salidas con el tema que estás dando en clase, en fechas próximas, pero suele ser imposible. El tema de la nutrición es al principio, en la 1ª evaluación, y si la salida a un museo la tienes para la 3ª evaluación, pues o cambias todo tu programa o no te queda más remedio que aguantar.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Las evaluamos en clase con los chavales. Cuando hacemos una salida les pregunto de forma oral si les ha gustado, si no les ha gustado, qué es lo que más les ha llamado la atención, qué es lo que no sabían, qué es lo que ya sabían de antes.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Eh, pues como en todas, generalmente no saben estar, incluso cuando van fuera, yo no sé por qué es, quizás porque los profesores nos olvidamos muchas veces de explicar las cosas, que no saben comportarse, y hay que estar encima de ellos para que se comporten como se tienen que comportar. El problema de esto también es que dependiendo del tipo de actividad, es más motivadora, es menos motivadora, la cogen con más gana, la cogen con menos, hay muchos factores, pero sí que hay una cosa que se nota bastante, porque yo creo que se notó mucho porque yo fui alumno de este centro y tampoco hace tanto, noto una gran diferencia a nivel de saber estar de los alumnos de hace 10 años a los de ahora, no saben estar callados, sentados, atendiendo dos minutos, los tiempos de silencio son muy cortos, entonces no les engancha.

Dificultades conceptuales tienen pocas, porque más bien estas actividades son de ampliación, no son de teoría pura que se tengan que romper la cabeza. Son visitas, juegos...

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

Habitualmente 5, entre 5 y 6, depende del ritmo que tengamos o de las fiestas del colegio y de los festivos.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Lo que hago es evaluación continua. Una evaluación son 5 temas más o menos. En el examen entra el 1º tema, en el segundo examen entra el tema 1 y el tema 2, y así, en el último examen, entran 5 temas. Lo que suelo hacerle es preguntas de ese tema, y del tema anterior pues les pongo 1 ó 2 preguntas tal cual que les entró en el otro examen. Eh, creo que es un sistema complicado, a ver, completo, les obligas a los chavales a trabajar y a tener que estar estudiando de forma continuada, no estudiar el día antes y ya está, y hombre, yo estoy contento, tengo el índice más bajo de suspensos de esta asignatura, sólo suspende 1 de 50, suspenden más en música o en plástica, con lo cual estoy contento. Trabajan, hay gente a la que le cuesta un poco más, pero siempre el esfuerzo, las preguntas que te hacen de forma voluntaria en clase, el interés y demás, se tiene en cuenta. Y, cuando tienes dudas entre una cosa y otra, pues pasas la revisión de libretas para ver cómo están, y como tú sabes que la exigencia que les estás dando es elevada, tiras un poco hacia arriba, si más o menos está bien presentada, pero bueno, por ahí van las cosas.

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Sí, sí. Al final de cada tema es cuando planteo el examen.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Sí, como ya te dije antes, hacemos pruebas escritas, hacemos preguntas orales en clase, eh, y luego hacemos pruebas escrita en las que en cada tema entra lo anterior, con lo cual siempre les meto 3, 4 ó 5 preguntas, depende de la cantidad de temas que hayamos dado, del examen anterior para que estudien.

Como es una evaluación continua, planteo el examen al final de cada examen, sumando preguntas de los temas anteriores, pero siempre al finalizar cada tema. Y al final del trimestre, digamos que planteo un examen global.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

En las guías de los libros te vienen exámenes, pero yo no los uso, yo cojo lo que me interesa y sobre todo lo que les hago son preguntas de entender, no me interesa que chapen, eh, estudiar por estudiar, lo que yo quiero es que entiendan. Suelen ser preguntas de una, dos, tres, cuatro palabras medianamente bien redactadas que con ellas lo que pretendo más que nada es que aprendan a entender.

Dentro de la nutrición se plantearían lo que sería la parte física, que expliquen o bien las partes del proceso digestivo, eh, elementos, que hagan un dibujo en el que sitúen los elementos del propio sistema digestivo, eh, preguntarles, eh, qué es el quimo, qué es el zumo gástrico, para qué sirve una cosa, para qué sirve la otra, qué partes componen la digestión, la absorción.

Otro tipo de preguntas se referiría a los hábitos saludables, sobre todo cosas que no deben hacer, sobre todo por la mala nutrición que hay, y generalmente suelen ser cosas que no aparecen en el libro porque en el libro sólo viene la dieta equilibrada y sana y poco más. Por ejemplo se les dice que elaboren una lista de cosas que deben y que no deben hacer respecto a la nutrición (hacer ejercicio, no comer gominolas...) y que lo justifiquen.

También las partes de la respiración, lo qué es un alveolo, cómo es el intercambio de gases, yo hago hincapié en qué es el intercambio de gases porque puede servir para la respiración con otros animales, cómo se realiza, qué partes tiene, cómo sería la respiración correcta o la incorrecta, por qué no respiramos de forma abdominal y sí de forma torácica la mayor parte del tiempo.

De la circulación sanguínea pues las partes, las plaquetas, los tipos de circulación, qué es la circulación mayor, la circulación menor. Si da la casualidad y nos coincide que dimos el tema de los primeros auxilios, pues les suelo preguntar “qué pasa si...”. Cuáles son las cavidades del corazón, cuál es el recorrido de la sangre por el cuerpo.

Del aparato excretor lo mismo, partes, elementos...sobre todo preguntas no tanto para que desarrollen si no para que sepan lo que están estudiando, por ahí va la cosa.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

Las de entender, que son todas, claro, sobre todo les cuesta mucho, eh, vienen de un sistema distinto, de 1º hasta 4º tienen otro sistema muy válido y muy normal, yo lo cambio porque considero que hay que aprender a entender y ya en 5º son un poco mayores, y les cuesta mucho el tema del segundo examen; habitualmente suspenden todos porque no hacen caso de lo que se les dice en clase, a partir de ahí tienen un problema, suelen bajar en el 2º y 3º control, pero yo no me preocupo porque normalmente bajan, porque si es un niño que en 3º y 4º sacaba 9 o 10, pues baja a un 7 o a un 6 y algunos suspenden pero no les pasa nada; algún padre me viene, es que claro, mi hijo suspendió...tranquiiiilooo, que en 5º estamos un sistema muy distinto y a partir del 3º examen ya suelen mejorar, las notas suelen ir hacia arriba y no porque yo las infle, que soy bastante rígido en la corrección.

En las que no tienen problema es en la de identificar órganos. En el resto sí.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Todo, se tiene todo en cuenta, se tiene en cuenta la atención en clase, las preguntas que hacen, el interés que muestran, si buscan información, si hacen preguntas relacionadas con el tema. Después a nivel de ejercicios, pues tengo en cuenta la corrección de ejercicios, si los hacen bien, si los hacen mal, si traen las cosas o no traen las cosas. Y también la prueba escrita y la observación directa.

Yo lo tengo en cuenta a 50%, o eso intento. Lo digo porque a ver, es que a veces siempre tienes que tener en cuenta más una cosa que la otra porque si un niño tiene muy bien el examen pero después en las otras cosas va flojito...claro, suspenderlo pues no sé si sería justo, entonces intento compensarlo, pero si no, siempre es al 50%.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN AYUDA ? ANTERIOR

LOS ALIMENTOS Y LOS NUTRIENTES

A. SELECCIONA Y CONTESTA >> SIGUIENTE Ejemplo 1 de 10

1. Selecciona la frase verdadera ✓ **¡BIEN HECHO!**

- Las células asimilan directamente los alimentos. **¡FALSA!**
- Los alimentos deben ser transformados en sustancias más sencillas para su utilización. **¡VERDADERA!**

2. Contesta con una sola palabra

- Nombre de las sustancias sencillas en las que se transforman los alimentos:

_____ nutrientes ✓ **¡BIEN HECHO!**

3. Copia la frase verdadera en tu cuaderno

PUNTUACIÓN 0.5 DE 10

EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN

LOS ALIMENTOS Y LOS NUTRIENTES

AYUDA ? ANTERIOR

A. SELECCIONA Y CONTESTA >> SIGUIENTE Ejemplo 2 de 10

1. Selecciona la frase verdadera ✓ ¡BIEN HECHO!

- El conjunto de todos los procesos relacionados con los nutrientes se denomina alimentación. ¡FALSA!
- Las sustancias más sencillas obtenidas de los alimentos se denominan nutrientes. ¡VERDADERA!

2. Contesta con una sola palabra

- ¿Qué concepto es más amplio, ¿la alimentación o la nutrición?

_____ nutrición ✓ ¡BIEN HECHO! NO

3. Copia la frase verdadera en tu cuaderno

PUNTUACIÓN 1.5 DE 10

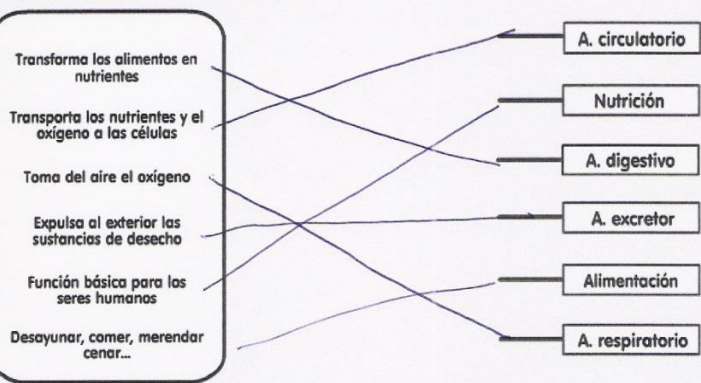
EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN



LOS APARATOS QUE INTERVIENEN EN LA NUTRICIÓN

B. RELACIONA Y COLOCA

Ejemplo 1 de 3



COMPROBAR RESPUESTAS

EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN


LOS APARATOS QUE INTERVIENEN EN LA NUTRICIÓN

C. EL RÁPIDO Pregunta 1 de 15

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1. Sustancias en las que se transforman los alimentos:

sustancias de desecho nutrientes células



TIEMPO RESTANTE: 2

EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN

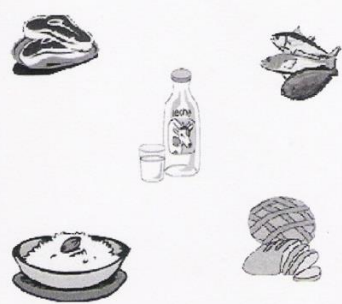

UNA ALIMENTACIÓN SANA

C. EL BARRIL

2 Hidratos de carbono

TIEMPO RESTANTE: 4

1er BARRIL



Puntuación: 0

Errores:

AYUDA ?

ANTERIOR

EL ENIGMA DE LA NUTRICIÓN

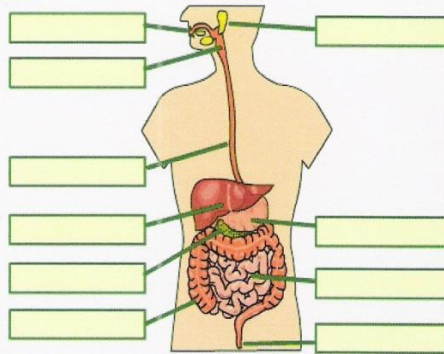


EL APARATO DIGESTIVO TRANSFORMA LOS ALIMENTOS

C. RELACIONA Y COLOCA

Ejemplo 1 de 5

- estómago
- G. salivales
- ano
- higado
- boca
- l. delgado
- l. grueso
- esófago
- páncreas
- faringe



COMPROBAR RESPUESTAS

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Solo las preguntas de exámenes del apartado I.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN EJERCICIO**

PROFESOR/A: 10

Experiencia docente: más de 10 años

Curso en el que imparte docencia: 6º

I) ENTREVISTA

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿cuánto tiempo le dedicas a este tema?, ¿a qué le das más importancia?, ¿qué ideas clave o destrezas quieres que adquieran al final tus alumnos/as?

Los temas son quincenales son dos semanas, ocurre que a veces te interesa dedicarles un poco más de tiempo, si ves sobre todo que los contenidos no están afianzados, y aparte también ocurre otra cosa, que el tema de la nutrición , como es el aparato digestivo y demás, y demás van unidos al resto de los aparatos. Cuando tu das el sistema respiratorio, el sistema excretor y demás, demás, el circulatorio va ha estar relacionado todo, van unidos, van a estar relacionados todos. Es una quincena relativa.

Generalmente se utiliza, por lo menos en los años que yo he dado clase, van siempre dentro de un mismo trimestre, por lo menos los aparatos. No se como esta distribuido aquí pero imagino que en el mismo trimestre... aunque aquí empieza la nutrición, ... aparato reproductor...y aquí ya empieza la energía . Realmente aquí das todo... porque no das solo el aparato digestivo.

Con mis alumnos, vamos a ver,... generalmente dentro de los aparatos el aparato digestivo siempre es al que dedico mas tiempo. Y por qué, porque si tu trabajas bien el aparato digestivo en el momento en que tu empiezas con el proceso de la digestión, ahí entra ya el aparato circulatorio y también a continuación te va ha aparecer el excretor, es que no los puedes dar por separado, pero realmente los dos que mas importancia siempre les he dado son el aparato circulatorio porque ya te exige dar después el aparato respiratorio y el aparato digestivo porque te exige los otros y el excretor, y aparte que es más bonito para explicar. Los dos aparatos más bonitos para explicar a los alumnos que se los puedes contar casi como cuentos son el aparato circulatorio y el respiratorio. Si, quizás porque tienen, porque sus recorridos son más largos. El aparato circulatorio es muy complicado para los alumnos, les cuesta muchísimo trabajo ... que a veces es problema nuestro, si no tiene muy claro la circulación, cómo es la circulación, como es la circulación auricular, ventricular, si no lo tienes perfectamente claro, es muy difícil transmitirles

esos conocimientos para que el niño se dé cuenta perfectamente lo que es la circulación venosa y la arterial, y pienso que si no distingue lo que es la circulación venosa y la arterial no entendieron nada. Pero es muy difícil de que el niño lo entienda. Pero son, es más fácil, difícil, pero como al mismo tiempo el corazón lo puedes dibujar, casi no tienes por qué hacerlo con la forma de un corazón, si lo dibujas como un cuadrado con unos entrantes y unos salientes. Es que yo lo relacionaba también ya con las matemáticas, pues no era difícil, pero bueno, son los aparatos a los que yo les dedicaba más tiempo.

Porque después el respiratorio ya si que les cuesta trabajo, muchísimo, porque los pulmones en si ...mmm, es difícil entender que dentro de los pulmones tienes bronquios y que dentro de los bronquios tienes bronquiolos y demás y demás, todo el proceso de combustión realmente eso es muy difícil de entender., ahí, eso si que es difícil. El aparato circulatorio no, porque es, a veces se lo explicas hasta como un coche cuando entra, yo se lo tengo explicado así, porque tiene que ir a pasar una revisión, cuando pasa la revisión pues también entrad entro de una fábrica o un taller, que es un corazón, pues ya sale con todos sus aceites cambiados demás... pero no creas que son fáciles.

A mi las ideas fundamentales, o sea, primero por supuesto que sepan, que adquieran los nombres e los órganos. Pero pienso que lo más importante, bajo mi punto de vista, es que sepa cuál es el objetivo primordial de cada aparato, es decir, para qué sirve, la función primordial. Con que sepan la función primordial y cuáles son los nombres de los órganos es suficiente; porque tampoco vas a exigirle a un niño que sepa cuál es realmente la, la..., transformación de los alimentos... es muy difícil...aunque no deja de ser interesante...pero es muy difícil. Y después también pienso que los conceptos tienen que estar muy claritos. Por ejemplo, los niños, yo lo tengo observado cuando daba clase en 6º, la digestión para ellos la asocian siempre al estómago, ellos dicen el estómago es como una lavadora, simplemente lo que hace es mezclar, tu metes tu ropa que son los alimentos, mezcla todo con todas las enzimas, con todos los jugos y demás y demás y cuando esa lavadora, esa trituradora, lo que sea, cuando toda esa materia o bolo es una masa está preparada es cuando realmente empieza el proceso digestivo que tiene lugar dentro

del intestino... pero eso también es difícil entenderlo porque eso a veces tampoco lo explicamos bien.

Trato tanto los órganos de cada aparato como sus funciones, es muy importante, y como se relacionan unos con otros, pues a la vez ya se relacionan todos con la nutrición, porque todos se unen para realizar el proceso nutritivo sabes?

Mira, Conocimiento del Medio pienso que ahí hay una gran osadía, eso es una opinión mía. Yo llevo muchos años en la enseñanza y pienso que en la enseñanza somos muy osados, bien porque te toca, es decir, tu sabes que llegas sobre todo en la pública, bueno en la privada también te pasa, pero tu llegas a un colegio si llegas el último das todo, estés preparado o no estés preparado, y lo que es Conocimiento del Medio es para mí una de las áreas que quizás es de las más amplias y más complicadas y más complejas por que abarca muchísimos temas; abarca la Geografía de antes, abarca la Historia, abarca lo que es una pre- Biología una pre- Física, una pre- Química, las Ciencias Naturales...es muchísimo. ¿Me estoy enrollando?.

1.2. ¿Con qué ideas de nutrición humana en sentido amplio (anatomía, fisiología, repercusión en el medio, ...) crees que llegan los/as alumnos/as a tu clase?

A 6º de llegada en general, sabes que pasaba, ahora con la nueva Ley en 6º el niño lo has tenido en 5º entonces hombre rara vez no llegan con algún conocimiento, pero en los aparatos, en lo que son todos los aparatos del hombre tanto los aparatos que estamos tratando, generalmente son muy pequeños y esos temas los saben muy de pasada, así como por encima, no tienen nada interiorizado. Como no los machaques mucho, los trabajos mucho no solo a nivel memorización sino trabajos no pues... una investigación, son conceptos que se quedan muy en el aire, muy en el aire. Generalmente no llegan bien a un tercer ciclo; los conocimientos son muy, muy, muy elementales.

2. QUÉ CONTENIDOS ENSEÑAR

2.1. Las ideas clave o destrezas que quieres que adquieran tus alumnos/as, ¿las encuentras en el libro de texto o tienes que utilizar otros materiales? ¿Cuáles? ¿Qué editorial de libro de texto utilizas? ¿de qué año es?

En... vamos a ver, esos libros de texto ahora son muy buenos, pero vamos yo no soy muy de libros, por decirlo de alguna manera. Yo generalmente he trabajado con Proyectos ehh... el libro de texto simplemente es una guía pero que después elaboras tú. Si vas a trabajar el aparato digestivo elaboras todo el Proyecto del aparato digestivo, entonces vas a trabajar a muchos niveles, a niveles que pueden llegar hasta donde elaborar pequeñas dietas en clase seguramente para ver los alimentos, los que son buenos, los que son más asimilables, no asimilables, los nutrientes que contienen... es solo cuestión de interés. Las destrezas se pueden adquirir perfectamente por supuestos con el libro de texto pero generalmente el profesor trabaja con muchísimas más cosas. En este momento trabajas muchísimo con las Nuevas Tecnologías, ehhh... trabajas con apoyos que te proporcionan a ti las editoriales, porque las editoriales no solo te proporcionan el libro de texto, te proporcionan material en cantidades industriales.

Sí, yo pienso que lo más importante es apoyarse y que los mismos niños les cunda. Tu les das una serie de palabras tu buscas las palabras en Internet y a través de ahí van deduciendo, llegando a dónde quieres.

Yo trabajo mucho las Nuevas Tecnologías, trabajaba también muchísimo lo que son elaborar ellos sus propios trabajos. Vamos a ver, un ejemplo normal y corriente ehhh... que hacíamos para estudiar la respiración, pues a lo mejor consistía en que nos íbamos todos, tomábamos por decirlo de alguna manera, calculábamos, o mirábamos como estábamos respirando en un momento determinado en un a clase de 4º de Primaria, esto lo hacíamos en 4º y cuando regresabas la volvíamos a ver como tenían la respiración; a partir de ahí tu elaboras el resto de la clase: ¿por qué mi respiración ha cambiado?, ¿qué ocurre si me tomo el pulso?...ahí también la circulación sanguínea no funciona de la misma manera que antes, entonces tú ahí puedes irlo enlazando. De ese trabajo que se puede realizar que no tiene por qué ser para nada el libro de texto ni la típica ficha que se lo pasan mucho mejor, y

después claro, si te pones a jugar con el profesor de plástica trabajando en plastilina, trabajando en pintura, con montones de cosas.

Aquí la que se utiliza es SM, lo van a cambiar para el año que viene, es del 2007, me parece que cambian para el año que viene, no se el por qué, el motivo, no sé el motivo, no te lo puedo decir porque no lo sé.

2.2. ¿Tratas todos los contenidos que incluye el libro de texto o reduces alguno? ¿cuáles? ¿por qué?

Mmmm...,yo siempre, siempre he procurado dar siempre, siempre, siempre los 15 temas , es decir, 5 temas por evaluación. Por una sencillas razón, tú te puedes permitir el lujo de decir: esta, esta unidad no la considero tan importante, le dedico exactamente igual la quincena pero no la trato tanto en profundidad, o no vuelvo a ellas o no hago tantas referencias como a otras unidades; porque si un niño cambia de colegio... Pues con los contenidos del tema de la nutrición humana, igual que cualquier otro tema... los contenidos que aparecen en los libros son los mínimos que los alumnos deben saber en ese curso determinado. Mira ahora la nueva Ley que nos va a exigir un número de pruebas al terminar los ciclos, cómo te vas a permitir el lujo de cargarte los mínimos si después esos niños los mínimos deben de saberlos. Los mínimos nunca se deben tocar, nunca; si no estás de acuerdo con los mínimos, para eso está la inspección, mira haces una cartita, mi opinión es esta, pienso que es un mínimo, que les ocurre que hay revisiones de mínimos y participa profesorado, es decir, este que esta como mínimo no es mínimo y sin embargo otro que no está como optativo si puede ser un mínimo; pero vamos reducir nunca, nunca.

2.3. En el libro de texto, ¿el desarrollo de contenidos conceptuales, adaptado al nivel de los/as alumnos/as, lo encuentras científicamente riguroso, actualizado, completo y/o contextualizado?

Bueno vamos a ver, la editorial esta SM por ejemplo, en concreto, siempre ha sido una editorial con unos objetivos, mmm..., no elevados, pero objetivos mínimos los normales. Después el desarrollo de contenidos quizás un poco elevado eh... para el nivel en que se encuentran algunos niños, algunos niños, no todos.

Pero volvemos siempre a lo mismo, es decir, si...yo no soy partidaria nunca de rebajar, lo que hay que intentar es que los que tienen menos capacidades lleguen hasta donde puedan o hasta esos mínimos que te marcas, pero pues que te vas a encontrar con millones de niños que si pueden alcanzar eso y mucho más.

Eh..., yo ahora estoy en Educación Infantil en concreto, y he detectado este año, lo he detectado y se lo he comentado a los profesores, y algunos está de acuerdo, yo creo que hay por lo menos tres o cuatro niños aquí que tienen capacidades de niños, de ser, de niños superdotados; bueno, pues en las aulas hay niños superdotados que pasan desapercibidos, que son el típico niño que te da la lata, que te incordia, que, que, que a veces hasta parece que es el malo de la película porque esta aburrido; y en mi experiencia, yo me he encontrado cuando he dado clase en primaria con niños superdotados; entonces tú no puedes evitar, los contenidos, no puedes evitarlos... entonces, hay editoriales que son muy pobres en contenidos. Quieren, en fin, hacen todo tan sencillo, tan sencillo...

Pero a veces lo peor es que son las que más se trabajan- ... porque es más fácil para el profesor. Pero estamos en lo que estábamos antes, hay que tener y hay que ser lo suficientemente humilde para decir: o me informo más o tengo que tener el suficiente valor para decirle al director: mira yo esto no puedo llevarlo a cabo porque no tengo formación para hacerlo.

Yo no puedo dar clase de música, o no debo dar clase de música porque no tengo formación musical; la formación musical que tengo yo pues es hasta un 1º o un 2º de primaria, pero después no puedo, no debo dar clase de música porque no tengo conocimientos. Entonces es un poco eso, pero bueno, ya sabes que... - cada uno... no, y que tienes que acabar haciendo todo lo que te toca... - si...bueno tú lo veras en... ya acabaste la licenciatura, estás haciendo el doctorado; bueno pues lo verías en la Universidad. ¿Cuántos profesores de la Universidad recuerdas tu que te hayan dejado una impronta, que te hayan dejado una huella ... - bueno, sí, sí – pero están ahí.

2.4. ¿Tratas contenidos no incluidos en el libro de texto? ¿cuáles? ¿por qué?

Si, si, si por ejemplo, vamos a ver, estén o no estén dados. Yo es que en la nutrición generalmente siempre le uno también contenidos de tipo solidario. Hay que comerlo todo, no solo por la variación y tal, y aunque no nos guste siempre hay que comer un poco de todo; y después lo llevas un poco al terreno, y más en estos momentos, porque hay montones de personas que no tienen derecho ni acceso a esta alimentación que tu estas teniendo. Eso por un lado, luego otro tema que siempre toco, o siempre lo he tocado, y desde hace unos años más, es todo el tema famoso de la bollería industrial, lo que son las chuches y demás, sobre todo por el tema de los colesterol en los niños y los azúcares en los niños. Hay muchos niños ahora más niños diabéticos que nunca y con colesterol, y yo pienso o muy confundida estoy, que la alimentación tiene un gran, una influencia muy grande por que comen porquerías la mayor parte del día. Entonces eso sí, la parte por decirlo de una manera la parte social de la alimentación también la toco. La pirámide nutricional

El tema de la repercusión en el medio o así, exactamente igual, no solo la alimentación, bueno, es que, a parte que, vamos a ver, con el medio aun soy más tajante no?, porque yo cada vez no es que sea vegetariana completamente, pero soy más anti ... soy poco de carnes, cada vez menos, mas pescado, tampoco mucho porque cada vez me da más pena comer el pescados – si – si, no, no de verdad, no vas cumpliendo años y ahí cosas que dices tu que a veces, que realmente podrías comer, pero por ejemplo hay cosas que le hablo yo también que no entiendo. Por ejemplo, les suelo hablar, a veces les digo hay que respetar a quien, a quien no está de acuerdo conmigo, por ejemplo el tema de la caza, el tema de los toros, por ejemplo todos esos temas yo también los toco. Siempre cuando doy... y a veces me he encontrado con padres cazadores y digo: bueno yo respeto a tu padre, pero hay que entender que en estos momentos tenemos suficientes alimentos para no necesitar ir a cazar, no necesitamos ir detrás de un animal porque ya tenemos los animales que se crían en las granjas perfectamente para la alimentación; no hay que hacer nada más. Entonces hay temas que... y luego lo que es todos los reciclajes, el no contaminar, el preservar, el decir, el no, el, el por ejemplo en cuanto a la pesca, que la pesca escasea, que escasea porque nos

hemos cargado la pesca pues capturando animales de especie pequeña. Esto si se toca, como no se va a tocar, y el medio ambiente más que nada; y tu aun eres joven pero, porque estamos dejando un mundo, estamos dejando un mundo maravilloso, porque cada vez que oyes... A mí me gustan muchísimo los documentales, y ves, eh... pues todo lo que está ocurriendo en el Ártico y en el Antártico pues dices tú que no, dentro de poco van a subir tanto los niveles de las aguas que, por decir algo, que el calentamiento... Porque la gente dice: ¡es que el clima...! No, no, el clima lo hemos cambiado nosotros...

Las fabricas es un problema también que se toca, porque tampoco es, eso es un ejemplo claro; yo tenía compañeras a veces que decían: ¡Te vas a meter en un follón!. Eh... por ejemplo cuando se hablaba de toda la bollería industrial y demás, y demás, y demás, llevaba también el tema, porque esto se fabrica en una fábrica, en un a fabrica que contamina. Porque aquí en España por suerte o por desgracia las cosas no las hacemos como las tenemos que hacer, porque hay países por Europa adelante que tienen fabricas...Ni como aquí ni nada, porque ni hay olores ni nada, pero aquí todo es la pasta, la pasta.

3. CÓMO ENSEÑAR

3.1. Cuando trabajas la nutrición humana, ¿empiezas de alguna manera especial el tema?, en qué momento explicas, ... Trata de concretar la secuencia que sigues

Generalmente, generalmente en el tema de la alimentación siempre empiezas lógicamente por el aparato digestivo que es lo que lleva a la alimentación, pero montones de veces he empezado el tema ... como los niños a mitad de mañana toman las meriendas, eso es siempre un tema bastante recurrente, es decir, vamos a traer esta semana va ha haber el Día de la fruta, eso lo tenemos hecho muchas veces... no entendían: ¿cómo que el día de la fruta?; si, prohibido traer otro tipo de cosas, traemos la fruta.

Entonces cuando traen la fruta empezamos ya a hablar de los diferentes tipos de alimentos (siempre hay alguno que en medio de la fruta trae algo mas, el bocadillo de queso; ya con queso le dice no a todo lo demás) y luego como comíamos en el

colegio, que teníamos comedor escolar, generalmente también bajábamos al comedor a ver alimentos, los clasificábamos. Osea, la clasificación siempre era, osea, los tres básicos es decir, hidratos de carbono, grasas y proteínas; no había más porque tampoco podías encontrar más cosas pero, (y haciéndoles ver que el estómago, ya no solo que comemos y no engordemos, sino que el estómago exige que comamos un poco de todo para realizar mejor ese trabajo que tiene que realizar), pero siempre empezaba por la alimentación para después partir al aparato digestivo

4. ACTIVIDADES

4.1. CÚALES SE EMPLEAN

3.1.1. ¿Qué actividades del libro utilizas?

Del libro de texto... yo explico, nunca explico el tema completo lógicamente, eh... hacia una introducción: estábamos hablando de la nutrición pues muy bien, vamos al comedor, hacia la introducción, ta, ta, ta... hemos visto una serie de cosas, pues ahora sobre esto vamos a hacer un trabajo que cada uno elegía. Unos lo hacían en murales, otros lo hacían con presentaciones en plastilina de los alimentos, otros traían fotografías de los distintos alimentos y las pegaban, cada uno como le daba la gana. Hasta les dejaba hacer los equipos que tenían los grupos bastante organizados y trabajaban. Bien por ahí tenías eso, eh... yo explicaba, tu imagínate, (yo es que por el libro no explicaba, ese es el problema) entonces empezábamos a hablar. Vamos a ver, aparato digestivo: ¿de qué os suena la palabra digestivo?; no la conocíamos, ¡diccionario al canto!. Vamos a buscar lo que significa digestivo, digestión... y si trabajabas con diccionarios ilustrados enciclopédicos entonces qué hacías ya: el aparato digestivo o digestión tiene el aparato digestivo referencias y aparecían todos los nombres. Leeros los nombres: ¿qué nombre es el que no conocéis?. Entonces ahí empezabas ya; partías ahí, por decirlo de alguna manera, íbamos viendo los trocitos del aparato digestivo. Pues uno no sabía, a lo mejor no tenía ni idea de que existía el hígado, otro que al ladito del hígado estaba la vesícula, o el páncreas, lo que fuese no. Entonces tú te pones, tú tienes eso y dices, vamos a unir esto, vamos a establecer relaciones con todo eso...entonces tu

explicas tal. Cuando tenía explicado eso yo lo que hacía me iba a las actividades generales, entonces una por una las íbamos leyendo en voz alta, cada uno iba leyendo una y las hacíamos todas en clase en voz... le solía dedicar 10 o 15 minutos. Los niños sabían que había 15 días para el tema, entonces llevaban para casa, tu imagínate que son 30 actividades, bueno pues son 30 actividades, son dos semanas que son 10 días, 5 y 5 diez días; buenos son treinta actividades pues son a 6 actividades por día. Cada uno en su casa va haciendo lo que le da la gana de esas actividades, entonces sabe que cuando termine el tema tenéis la semana siguiente para entregarme esas actividades. Había niños que por ejemplo terminaban en clase un trabajo o que se quedaban o que iban a estudio e iban haciéndolas o después podían hacerlas todas en un fin de semana. Al principio, generalmente, siempre tienes 4 ó 5 niños que cuando te las tienen que entregar no te las entregan, siempre no?, lo normal. Tú intentas hablar con ellos para que las hagan y en todo caso hablas con los padres o le pones un día de castigo, se queda un día sin recreo tan tranquilamente para hacer las actividades. Pero no marcar actividades, porque yo dentro de la clase hacía mucho tipo de actividades, porque teníamos también el rincón de la naturaleza, trabajábamos con los puzzles, con los encajes, trabajaba con los murales. También trabajaba con las nuevas tecnologías, usaba el programa "Clic", que ahora está obsoleto, pero bueno, te hablo de este como uno de tantos, porque hoy en día hay muchísimos programas en Internet que contienen actividades de cada una de las unidades, incluso dentro de la misma editorial del libro de texto también tienes... y... entonces hacíamos actividades, vamos al aula de informática un día a la semana y les decimos, de toda la unidad que hemos dado anotad todo lo que más os interesa para buscar información con referencia a esos temas. Y tú, por otra parte preparas las actividades que se van a hacer en referencia a los temas que más les interesan a los niños o en los que ves que tienen más dificultades; de las de tic, piensas que actividades son mejores y las preparas; también hay autoevaluaciones.

Pero es que no tienes tiempo para hacer las actividades. Pero los ejercicios de libro ya te digo, siempre los hacen en su casa, libremente. Y los hacían todos, generalmente los hacían todos, porque además se pinchaban entre ellos, y cuando uno por ejemplo la primera semana ya me entrega los ejercicios, ya dicen, fulanito ya entregó los ejercicios, entonces se estimulaban unos a los otros, porque no hay

una obligación de que tú tienes que hacer 5 para hoy ni había la obligación de que te los iban a pedir, porque tampoco, vamos a ver, en ... no es una cosa que yo evalúe tampoco, y ellos lo saben eh?, yo no les voy a dar una nota por esos ejercicios, a mí me interesa que después en los controles y en los trabajos de clase se demuestre que las cosas quedan sabidas, pero los ejercicios en sí, yo les digo que es un bien para ellos, es un repaso de lo que estamos trabajando, para afianzar conocimientos. A mí me es igual, no los quieres hacer?, no los hagas; al final acaban haciéndolas, evidentemente, pero yo creo que muchas veces es mejor dejarlos, y al final los hacen, por estímulo personal los hacen.

3.1.2. ¿De las actividades que realizas, tanto del libro de texto como de otros orígenes, cuáles son las que consideras más importantes?, ¿por qué?, ¿qué pretendes realmente con ellas?

Las que considero más importantes no son tanto en cuanto a la diferencia entre libros u otras, si no en referencia a individual o en grupo. Siempre considero más importantes las que hacen en equipo. Si los equipos están bien formados y tú estás con ellos, lógicamente, y exigiendo que... pues siempre se aprende mejor, si los equipos funcionan eh?, partiendo de que el equipo funcione eh?, no que uno trabaje y los demás miren. Primero, si el equipo funciona siempre vas a aprender muchísimo más. Segundo, al trabajar en equipo siempre se te exige que tengas que buscar mucha información. Y después, porque fomentas el compañerismo, a cooperar, ayudas a aquel que siempre se le hace más pesado el trabajo y siempre se va quedando renqueante, el que sabe más se exige más porque quiere ayudar a aquellos... osea, siempre trabajo en equipo. Para mí es mucho mejor las actividades realizadas en equipo si están bien orientadas, bien analizadas, bien esquematizadas... que las de labor individual.

Me da mucho miedo en el momento actual en el que estamos en la educación... eh... a veces las actividades individuales, que tiene que haberlas por supuesto y que como ya te digo normalmente las hacen en casa y tal, porque los niños tienen un... bueno, el mundo es competitivo, pero es que ellos machacan eh?, al que no sabe o el que tiene algunas carencias de incapacidades o... a ese niño, generalmente lo machacan, y entonces a mí me da pánico ahora, todo lo que sea el alabar ante los demás, osea, el alabador de uno, mientras que tú estás trabajando

con cuatro equipos en la clase, generalmente es con lo que trabajas, porque tienes 25 niños, si tú estás trabajando con esos niños en clase y resulta que hay un equipo, generalmente si los vas distribuyendo tú vas poniendo mezclas no?, bueno, pues si hay un equipo que empieza a destacar, que empieza a trabajar mejor, va a estimular a los demás eh, va a tirar de los demás, entonces sí vas a poder felicitar a ese equipo, porque no es uno, no es una individualidad, es un colectivo, y en la vida se funciona en equipos, se debía funcionar en equipos.

3.1.3. ¿Cuáles dejas cuando tienes problemas de tiempo?, ¿por qué?

Siempre las del libro, por supuesto. Prefiero hacer las otras tranquilísimamente.

4.2. CÓMO SE EMPLEAN EN EL AULA

3.1.4. ¿En qué momento del proceso de enseñanza propones la realización de las distintas actividades?, ¿cuáles se plantean para hacer en clase y/o en casa?

Sí, vamos a ver, generalmente una clase tienes que dividirla, tienes que tenerla siempre muy estructurada porque además las clases son de 50 minutos y con los niños ahora que son muy espabilados, te enrollan, te intentan enredar y si no tal te pasaron 15 minutos y ya perdiste la clase, entonces generalmente, la manera en la que trabajo yo las unidades es decir, la primera exposición que suele ser como una motivación general, es decir pues como decíamos antes ir a un comedor o traer láminas o que uno traiga una película por ejemplo estas películas que tienen que son muy antiguas pero que están muy bien la de que son érase una vez o algo así, son muy antiguas pero están muy bien están de maravilla, puedes empezar por ahí puedes iniciarlo para tener una motivación inicial para introducir el tema, que te puede llevar un día pero no es una pérdida de tiempo porque también puedes utilizarlo para recabar material, llévartelos a lo mejor al aula de informática y empezar a recabar material sobre aquello que quieres, que quieres hacer. Entonces cuando tienes ya esa motivación, cuando ya hay material, hay un interés por querer saber, por querer seguir sabiendo. Vas explicando cada día algo de esos contenidos. La explicación con que sean diez minutos como mucho, diez doce minutos llega, el profesor cuanto menos hable mejor, simplemente tiene que saber

ser un buen director de orquesta como digo yo, y los alumnos unos buenos músicos y que trabajen ellos eh, y después tu diriges, pero nada más y después ya esos diez minutos tienes una motivación en diez minutos que como mínimo tiene que dar media hora de trabajo que puede ser trabajo personal, o trabajo en equipo o trabajo individual.

Bueno, tu por supuesto preguntas, vamos a ver, tu motivas explicas diez minutos y dices una serie de preguntas, las preguntas generalmente eso si es conveniente que las anotasen, que las tuviesen anotadas, para evitar que entren en la dinámica de que este pregunta esto y el otro te vuelve a preguntar lo mismo... “es que no me enteré”... pues si no te enteraste es tu problema, no te vuelvo a contestar. Para que no se repitan, el repetir puede ser por doble causa, bien porque realmente no atienden o que la repite para perder el tiempo, para intentar engañarte. Entonces, si las preguntas las hacen en el mismo equipo, vamos a ver, escribir las preguntas, al escribir las preguntas aquellas cosas que no has entendido las preguntamos, las respondemos, a veces entre ellos mismos hasta las pueden responder, hay alguien que sepa contestar a esto, pues siempre hay algún niño que lo sabe porque no lo va a contestar él, si falta algo lo completas y punto y después ya es el trabajo personal y nada más. Pero cuanto menos rollo mejor, por parte del profesor, tienen que trabajar ellos, son ellos los que tienen que trabajar, no nosotros, ya trabajamos mucho. Si preparas bien tu clase, ya trabajas mucho, porque las editoriales de ahora realmente te dan trabajo, trabajo trillado te dan montones de cosas que no puedes hacer ni la mitad, pero, me refiero al libro, a esta editorial como habrás observado, pero eso no quita tu programación diaria de habla, es decir como administro mi tiempo, que me quedó pendiente de ayer, que eso siempre es importante, no te puede quedar de ayer, pues antes de nada empezamos con lo pendiente de ayer, no podemos empezar nada nuevo sin haber terminado los flecos que me he dejado antes. Y tampoco hay más, el arte de dar clase es dejar, teniéndola preparada por supuesto y teniendo tú muy claro los objetivos que quieres lograr, pues en alimentación, tú que quieres saber de la alimentación? Bueno, quiero saber para qué sirve la alimentación, quien realiza el proceso de transformación de esos alimentos y después en que se utiliza esa energía que se produce, vale y como se eliminan una serie de desechos que a fin de cuentas es el proceso de una fábrica. Vale, tú tienes esas cuatro ideas claritas, por poner un

ejemplo, las vas a llevar a cabo, pero que lo trabajen ellos. Mira, en educación, se ha pasado por fases muy distintas, la fase memorística, es decir explicación, ahora pasar el libro y memorizar... lalala, eso era malo, malísimo, malísimo, malísimo, la época primero de la primaria, malísimos.

Viene la nueva ley de educación, viene la dichosa EGB, que sería lo que te cogió a ti. Bien, era rellenar fichas, todo el mundo se dedicaba a hacer fichas, fichas, fichas, fichas, el aprendizaje era por medio de la ficha, no se aprendía nada, ¿por qué?, porque se dejaba de lado la memorización; bien, no se memorizaban contenidos, rellenando fichas una maravilla, pero no se puede olvidar la enseñanza memorística, la memoria tiene unas etapas de desarrollo y las etapas de desarrollo son en la etapa infantil, después olvídate, olvídate; entonces, ahí es donde yo tengo que hacer el trabajo, desarrollar esa memoria; sigue siendo bueno aprender poesías, sigue siendo bueno aprender refranes, todo lo que nos dé la gana que se puede aprender de forma divertida, pero que se puede aprender.

Y luego viene la etapa siguiente, la LOGSE, entonces ellos querían coger la parte memorística pero al mismo tiempo que siguiéramos trabajando con las fichas. Y tanto se ha querido hacer, que, sinceramente hablando, hay unas lagunas impresionantes, porque hay muchas más áreas, lógicamente hay que dar gallego, yo hablo tanto gallego como castellano, no tengo inconveniente ninguno, yo sé que hay que dar gallego, sé que hay que dar inglés, por supuesto, sé que hay que dar castellano, pero lo que no hay que olvidar es que también hay que dar conocimiento del medio, hay que dar matemáticas y también tienen que dar música porque es importante y también tienen... todo, y educación física... En este momento dices tú, o la jornada escolar se amplía o esto no va porque tiempo no te da y el problema es que no da, y como no da. Decimos, es que hay un gran fracaso escolar, ¿y cómo no lo va a haber?, mira, si en Educación Primaria, las materias básicas y elementales siempre han sido lenguaje y matemáticas; y hablando de todo esto, ¿realmente un niño que llega a 5º y 6º sabe leer?, ¿y entiende lo que está leyendo?, ¿por qué no saben memorizar? Porque no saben estudiar. Desde 1º de Educación Primaria tú ya tienes que empezar con la primera técnica de estudio que es el subrayado, es decir, un niño tiene que saber subrayar; después hay que empezar a enseñarles a extraer sus ideas principales y sus ideas secundarias,

entonces ahí ya puedes partir a lo que antiguamente era un cuadro sinóptico, un esquema, un diagrama de cómo quieras llamarle porque los nombres son diversos pero que a fin de cuentas el contenido es el mismo; y tú cuando tienes eso, es un poco lo que decíamos antes, es como si tú hoy vas a Internet o a un diccionario enciclopédico, ¿qué te está diciendo un diccionario enciclopédico? Cuando tú buscas la palabra digestivo te aparece todo un organigrama o un diagrama de las partes o los órganos que constituyen dicho aparato, es la síntesis de ese tema. Me imagino que a ti te habrán enseñado, a mí sí que me enseñaron, no sólo a elaborar un esquema si no pues a hacer el proceso inverso, es decir, tengo un esquema y ahora tengo que desarrollarlo, ¿se les enseña eso? No. Entonces, no entienden lo que leen, no leen, aunque aquí en este colegio está funcionando la lectura fenomenal, tenemos colas para la lectura por la mañana, en la hora del recreo, hay colas para coger libros, este año se ha dado un gran impulso a la biblioteca, se ha informatizado todo, y hay colas, y están llevando libros para casa de la biblioteca niños de Educación Infantil de 3 años, están llevando libritos, uno a la semana y cuando traen ese se llevan otro, y después tenemos las maletas viajeras también de libros, que la lleva cada semana uno, una maletita llena de libros y lo más importante que toda la educación después tendría que terminar así, han leído, qué maravilla, hemos explicado, qué maravilla, pero lo importante es cuándo le decimos, cuéntame qué experiencia ha sido para ti tener en tu casa una maleta viajera, entonces hacemos una libreta de estas grandes y ponemos cada semana el nombre de un niño, entonces cuentan...; nos estamos quedando sorprendidos con fotografías, con la participación de los padres... la experiencia que es para ellos recibir eso en su casa, eso es un trabajo que dará sus frutos más adelante, lógicamente, está iniciándose. Entonces aquí también ocurre lo mismo, siempre que terminas una unidad didáctica, el último día, hay que hacer un control, no por el hecho de nota, es que yo pienso que al alumno hay que hacerle perder la idea de la calificación, estamos trabajando para aprender, para saber, la calificación...de verdad que funciona, pero primero por eso, por la satisfacción de que he terminado, 15 días he estado trabajando con este proyecto, por eso digo que es más importante trabajar por proyectos, que no tienen por qué durar 15 días, pueden durar hasta dos meses, te pones a trabajar con todos los aparatos del cuerpo humano y lo puedes trabajar en un trimestre, nadie te lo va a prohibir tampoco, y

entonces te olvidas del libro, te olvidas de todo y trabajas en ese proyecto, y ahí puedes trabajar desde la alimentación y la nutrición aquí en Galicia, a trabajarla a nivel España, a trabajarla en cómo se alimentan en Europa, cómo se alimentan en los países del 3º mundo, al mismo tiempo trabajar la red social, las hambrunas...puedes hacer maravillas, si quieres.

3.1.5. ¿Qué actividades se realizan individualmente, en pequeño grupo, en gran grupo?

Las realizan todas individualmente porque ya te digo que las hacen en casa, cada uno las suyas, y luego al final de todo las tienen que entregar, sabes?, a no ser que surja cualquier cosa y hagamos alguna en clase.

3.1.6. ¿En qué momento del proceso de enseñanza se corrigen?

Trabajo con puestas en común, no todo lo corrijo de forma particular, es decir, muchas veces se hacen ejercicios, se ponen en común y ya se corrige entre todos.

3.1.7. ¿En cuál o cuáles tienen más dificultad?, ¿qué dificultades concretas crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?, ¿cuál o cuáles resultan más sencillas?

Aquí, en las del libro, tienen más dificultades en aquellas en las que tienen que expresar definiciones, por ejemplo si les preguntas qué es el estómago, una definición, cuando hay que hacer una definición concreta de algo, vamos (página 57, 2-3; página 59, 3; página 61, 2; página 63, 1: página 64, 5). Todas las actividades que son de relacionar, de clasificar, de suprimir, todo eso no hay problema, el problema es cuando tú les mandas definir algo, cualquier actividad que sea de definición cuesta, aún nos cuesta a los adultos... porque lo primero que les hago y que tienen que saber todos y lo sabemos los adultos aunque algunos no lo saben es que la propia palabra no puede entrar dentro de la definición, entonces ya ahí... cuando tú les dices, ¿qué es el estómago? Te dicen “el estómago...”, nada, ya la fastidieron, “es una parte, es un órgano” pero olvídate de repetir la palabra estómago. Entonces todo lo que tiene que ver con definiciones, eso cuesta.

Las sencillas pues son las de identificar, las de relacionar con flechas, las de dibujar...

4.3. OTRAS ACTIVIDADES

4.3.1. ¿Utilizas actividades fuera del aula (en el laboratorio y/o en el aula net) y/o del centro (museos, fábricas etc.) relacionadas con este tema? ¿cuáles?

En 5º y 6º, después de pedir permiso, por supuesto, íbamos al laboratorio de Ciencias, entonces hacíamos cosas del tipo de las más elementales, pues por ejemplo la mezcla de alimentos, alimentos que no deberían de mezclar a la hora de comer, eh, me refiero para la digestión, no?, para el proceso digestivo; entonces para explicarles yo siempre hacía los ejemplos más comunes, es decir, lo mismo que no se puede mezclar el aceite y el agua, pues ocurre lo mismo en nuestro estómago si mezclamos determinados alimentos; por ejemplo, si mezclamos el limón, que es una cosa ácida, no lo vamos a mezclar con alimentos que también pueden producir acidez, como son aquellas agrias. Todas esas cosas sí que las trabajábamos. Y después, lo que hacíamos en el laboratorio era todas las actividades que eran de cocina, porque en clase no se puede, ya que por ejemplo para las mezclas podíamos utilizar la batidora, cortar, usábamos el microondas, todo eso sí que lo hacíamos en el laboratorio.

En cuanto a museos, pues a la Domus, siempre que había algún programa sobre...porque generalmente lo que haces al principio del curso, como estos son temas que ya sabes que los vas a dar eh, miras en los museos municipales si se tocan esos temas, pero no sólo a nivel de la Domus. Por ejemplo, hemos ido a museos de pintura eh, por ejemplo para ver pintura de tipo bodegones en los que se representa la alimentación, es decir, relacionándolo siempre, nosotros eso sí que lo tenemos hecho. Y después, también hemos hecho nosotros bodegones en clase y pintar, aquí en el cole me ayuda la profesora de plástica, le decía, mira estamos trabajando la alimentación, qué quieres tal, entonces hacían con ella la rueda de los alimentos, hacían con ella los bodegones para que vieran como se trataba el tema de la alimentación en la pintura, esas cosas sí que las hago.

También vamos a la fábrica del pan, a DEBÉN, y también vamos a la fábrica de patatas fritas, para que supiesen que si la patata está frita en aceite de oliva, pues no va a ser tan indigesta, ta ta ta.

Vamos a las granjas, es otra visita que hacemos, la de porcino es una maravilla eh, y vamos por el ayuntamiento eh. A las granjas de porcinos, a las granjas de vacunos, eh, fuimos una vez a una piscifactoría, allá por la zona cerca de Fisterra, y así ven que los alimentos proceden del medio, que no nacen de las fábricas, porque allí se lo explican.

Fuimos también a ver un molino, además que molía, por la zona de Ponteceso, les enseñaban como antiguamente se molía el grano, porque otra cosa que actualmente los niños no saben es de donde viene la harina.

4.3.2. ¿Para qué las haces? ¿Para qué crees que sirven en realidad?

¿Para qué sirven? Para mí es mucho más importante que estar en la clase trabajando. Es decir, porque ellos, tú imagínate, si tú has trabajado o trabajas con la alimentación, y están dando el pan, pero no sabes cómo se hace el pan, pues de nada sirve. Es decir, las hago porque les sirve a los alumnos para aprender de forma significativa, aprenden de forma práctica lo que antes aprendieron de forma teórica.

Para mí es un medio de aprendizaje activo, bastante más importante que puede dar el libro, me entiendes?

4.3.3. ¿Cuándo propones su realización?

Pues por ejemplo la del laboratorio las proponía durante o después del tema, casi siempre después, porque así los alumnos ya tienen los conocimientos teóricos y después lo ven reflejado en la práctica. Es algo muy útil.

En cuanto a los museos o fábricas, pues los seleccionas al principio de curso, intentas que se pueda acudir a ellos cuando estás trabajando el tema de la nutrición, sobre todo al final del mismo, pero a veces es difícil, por lo que te tienes que aguantar e ir cuando te den plaza.

4.3.4. ¿Se corrigen este tipo de actividades? ¿cómo?

Es que mira, vamos a ver, cuando haces salidas, las salidas se programan, entonces hay un “pre”, como digo yo, antes de hacer la salida, y un “post”. Entonces, en el pre generalmente siempre hablas, entonces, les digo que vamos a ver un molino, y les explicas un poco cómo es el molino, como se muele, lo vemos

en Internet, distintos tipos de molinos, molinos de mar, molinos de río, entonces ya llegaban allí y ya llevaban en su libreta una serie de preguntas para hacerle al molinero; cuando volvíamos veníamos con las respuestas, pero no es que corrigieras individualmente, es que eso se llevaba después a un trabajo de equipo, que bien podía ser un mural, que bien podía ser elaborar un libro, que bien podía ser elaborar un cuento sobre la salida. Entonces corregías la parte ortográfica y de expresión, pero es que el resto... si te refieres a si lo calificaba con... sí, por supuesto, es que lógicamente, el niño que se esfuerza en hacer un trabajo, cómo no se lo vas a valorar. Incluso los sitios a los que vas, por ejemplo si pertenecen al ayuntamiento, pues te dan material para que los niños valoren y se vea lo que aprendieron. Incluso antes de la salida, te mandan material previo, para que lo trabajes antes también.

Yo no lo veo como una excursión, de hecho le llamo "salida cultural". La excursión es cuando vas a jugar, pero este tipo de cosas son salidas culturales, y en una salida cultural vas a aprender, vas a aprender, y entonces después tienes que hacer un trabajo de lo que aprendiste.

Aunque hay muchos profesores y profesoras que sólo van a los museos y cuando vuelven dan la clase de matemáticas y se olvidan de hacer nada sobre lo que estuvieron viendo en el museo. Pero para eso está la espontaneidad de la educación y de la enseñanza, es decir, tú en la enseñanza no puedes estar siempre regida por unos horarios, claro que hay unos horarios, y que a lo mejor resulta que ese día al venir tienen matemáticas y no les das tú matemáticas, entonces tú no puedes hacer ese trabajo, pero cuando vuelvas a tener clase con ellos, sí que van a hacer ese trabajo, o a lo mejor ese día en vez de mandarle llevar para casa algún tipo de deberes pues llevan una hojita que tú has elaborado donde van a responder a dos o tres preguntas elementales; por ejemplo, si has ido a la fábrica de Bonilla, pues preguntas, ¿dónde, a qué sala hemos entrado primero al entrar en la fábrica?, ¿con qué materiales fundamentales se trabaja en esa fábrica?, ¿qué se hace con las patatas en el momento final que están ya fritas?, por ejemplo, tres o cuatro cosas eh, y después, si quieres, algo que a ellos les encanta...dibuja algo que te haya llamado la atención de la visita a esa fábrica; hacen un dibujo y alguno hasta te hace viñetas, te representan todo el proceso.

4.3.5. ¿Qué dificultades crees que tienen los/as alumnos/as en estas actividades?

Las mayores dificultades suelen ser en las que tienen que aplicar conceptos, que tienen que aplicar cosas que han memorizado antes, y en las que son de salidas en las que llevan alguna responsabilidad, es decir, en que saben que no van a salir para pasear, que van a pasear también, que son niños, y lógicamente en la fábrica o a donde vayan de visita, o en el museo, o en la Domus, donde sea eh, que ellos en el momento en el que bajan del autobús se olvidan muchas veces de que tienen que tomar una serie de notas o hacer una serie de preguntas, pero para eso estás tú. Esos son las mayores dificultades, es decir, que ellos van a intentar saltarse a la torera esas normas de aprendizaje, no normas de conducta, y no nos vayamos a creer que los niños van a ir con sus libretas y que lo van a hacer todo perfecto, no. Hay niños que preguntan, hay otros que no preguntan, hay otros que bombardean, hay otros que los tienes que mandar callar y otros que dices, mira, que este niño te quiere preguntar, porque tienen cuatro preguntitas ahí el pobre y no se atreve ni a abrir la boca. Osea que hay de todo.

5. EVALUACIÓN

5.1. ¿Cuántos temas/unidades componen la evaluación en la que se incluye la nutrición humana?

La nutrición humana solamente es uno, lo que pasa es que yo suelo unirlo a, a veces uno todo lo que son, lo que te decía antes, yo no doy sólo el aparato digestivo como algo aislado, no?, entonces a lo mejor hago, voy haciendo las evaluaciones pequeñas, los controles. Vamos a ver, la evaluación es una evaluación continua... eso es otro tema que a mi a veces me indigno cuando un padre me dice es que mi hijo suspendió los controles y le suspenden esta evaluación, y me indigno como profesora. La evaluación continua significa que desde el día primero, es decir, si el tema de la nutrición son dos semanas, pues la evaluación son las dos semanas, es decir, desde el primer momento que tú empiezas a abrir la boca para hablar de este tema, estás evaluando, tienes obligación de evaluar. Y la evaluación no va a ser solo el control, la evaluación va a

ser las preguntas de clase, van a ser esas respuestas, si hay una salida pues se evalúa la salida, los trabajos de equipo... eso va a ser todo, el control, y siempre, si te ha llevado una semana, pues la evaluación, lógicamente, va a ser de esa unidad. Si esa unidad la amplías o la unes a los otros aparatos, pues evalúas todo, eso depende de cómo te organices. Tampoco puedes, eso que te quede claro, la educación, como te decía antes tiene que ser flexible, espontánea, pero tiene que ser flexible, muy flexible, porque con un grupo puedes hacer muchas cosas, y para el año siguiente, con otro grupo, no puedes hacer nada de lo que hiciste el año anterior. Depende del grupo que te toque, la época...a veces, aun siendo grupos buenos, no puedes hacer lo mismo, porque tienen inquietudes distintas, la prueba la tenemos en que después en la vida cada uno va a tirar por su lado, las inquietudes se manifiestan ya desde pequeños; entonces, no puedes hacer siempre lo mismo.

Vamos, a ver, la evaluación siempre son 5 temas, la evaluación, ahora yo, particularmente, siempre hago lo que se llaman interevaluaciones, siempre los hicimos, es decir, hay tres evaluaciones obligatorias por ley, pero cada evaluación la divido en dos partes, porque hay temas que son muy áridos y de muchos contenidos, entonces no puedes dejar para hacerlo todo en un control, entonces hago, lo que hago es que en cada tema intento saber si están conseguidos esos contenidos y esos objetivos; si están conseguidos paso al siguiente, si no hay que seguir machacando en eso, porque el libro lo puede dar exactamente igual, puede dar todos los contenidos, lo que pasa es que hay una serie de contenidos que sabes que te van a llevar más de dos semanas y que te interesan que lleven más de dos semanas, porque a lo mejor hay otra serie de cosas que aunque las veas por encima, da igual. Yo por ejemplo, toda la parte que se corresponde con la historia de antes, la bandera de Galicia, el himno de Galicia...esas, hombre, para mí tienen importancia, pero eso en una semana me lo cepillo. Para mí es mucho más importante que sepan otra serie de contenidos, que ya tendrán tiempo de aprender todo eso.

5.2. ¿Haces pruebas/exámenes? ¿Cuántas?

Al terminar cada unidad didáctica siempre hay un control

5.3. ¿Haces alguna prueba/examen dirigida específicamente a la nutrición humana? ¿En qué momento?

Hago una prueba dirigida en específico a la nutrición humana, sí, por supuesto. La hago al finalizar el tema.

5.4. ¿Haces alguna prueba/examen en la que, además de la nutrición humana, se evalúen otros temas? ¿Qué temas? ¿En qué momento la haces?

Claro, porque tú después, cuando haces lo que sería el control de evaluación, no sólo evalúas el tema de la nutrición, vas a evaluar los otros temas, que en total serían 5 con la nutrición. La hago al final del trimestre, cuando termina la evaluación de esos cinco temas.

5.5. ¿Qué preguntas concretas planteas en la prueba /examen?

Bueno, aparte de que me sepan explicar lo que es el proceso de la nutrición incluso llegando a las células, siempre a mí lo que me interesa es que haya una serie de contenidos que sí tienen que saber la definición, por ejemplo, definir los órganos que forman el aparato digestivo y saber el proceso, mínimamente, de la digestión, y qué tipo de alimentos son los que...saber las clases de alimentos que hay y los que son necesarios tener una buena alimentación, no?. Eso es lo mínimo, después de ahí para arriba todo lo que quieras.

También planteo esquemas, dibujos, sobre todo en los aparatos circulatorio, digestivo...aparece siempre un esquema para completar sobre los órganos, o un dibujo para que señalen los órganos en esos sistemas. Y a veces lo que, depende del grupo de niños que tengas, a lo mejor explicar todo lo que es la digestión como función, es muy largo y tedioso, pues ir poniéndolo por partes y completar: tú le dices una parte del proceso “el alimento se introduce por la boca, lo masticamos, ta ta ta” y luego él que continúe.

A veces también utilizo el ejercicio con frases de verdadero – falso. También suelo utilizar las de relacionar: le pongo por ejemplo un órgano con la definición y que ellos relacionen cual va con cada cual. En definitiva, no tienen por qué hacer una descripción detallada de todo el proceso digestivo, porque son niños de Educación Primaria.

5.6. ¿En qué preguntas tienen más dificultades los/as alumnos/as? ¿por qué?

Siempre en aquellas en las que tienen que darte una definición porque tiene un carácter memorístico. Por ejemplo, en las que más fallan, es en la de definir el proceso de la nutrición, porque se les pide que engloben todo, y no lo hacen.

5.7. ¿Tienes en cuenta las actividades realizadas en el proceso de evaluación? ¿Cuáles? ¿De qué forma (es un tanto por ciento de la nota,...)? ¿Qué valoras de ellas (el contenido, que las traigan hechas, la limpieza,...)?

Sí, porque es evaluación continua, es que si no...¿para qué las haces?. A mí me cuesta corregir, pero el trabajo hay que valorarlo y los niños eso lo saben, saben perfectamente cuando a un profesor le entregas un trabajo y te lo corrige o no te lo corrige, y eso duele, si un profesor no te corrige un trabajo que tú haces, duele.

La forma en que lo tengo en cuenta es muy complejo, hay algunos que dicen, yo al control le doy el 10, el 20, el 30..., yo pienso que es...mira, ahora con las clases de 25 niños y con una observación diaria y continua de ... otros años tenía registros de día por día de cada alumno, aunque fuera simplemente una anotación, pero si tienes muchos alumnos en clase una buena metodología es marcarte un grupo para seguir, estás pendiente de todos, pero hay 5 a los que vas a tomar algún dato de ellos de ese día; entonces, cada día vas tomando datos de alguno y eso unido a la nota del control, pues llega.

Mira, si un chaval trabajó, te hizo las actividades, te ha hecho un control medianamente bueno, sabes a conciencia que tiene unos conocimientos, unos conceptos adquiridos. Entonces no es que haya un tanto por ciento, pero que forma parte de la nota, sí.

Lo que valor primero es presentación y limpieza. Como me presenten un trabajo sucio, con tachones, o sin márgenes, sin fecha, sin nombre y sin márgenes, ya no lo leía, cojo y se lo devuelvo. La presentación ya dice mucho, un trabajo limpio y bien presentado ya te apetece leerlo, después calificas el contenido, la expresión, la ortografía, es que son muchas cosas, no son solo contenidos. Pero bueno, que los contenidos que estén bien expresados y con orden y limpieza, porque como vengan

que se sepan todos los contenidos pero el trabajo esté sucio, les doy un 5 y les explico el por qué, que ese trabajo es una porquería.

II) DOCUMENTOS PERSONALES

1) MATERIAL COMPLEMENTARIO

No aporta.

2) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Solo las preguntas de exámenes del apartado I.

3. MODELO DE CUESTIONARIO PASADO AL PROFESORADO EN FORMACIÓN

Nombres.....
.....
.....

1. ¿Qué aspectos sobre nutrición humana crees que deben llegar a conocer los/as estudiantes al terminar la Educación Primaria?

2. Con relación a la repercusión que tiene la nutrición/alimentación humana en el medio ¿Qué aspectos consideras que deben tratarse a lo largo de la Educación Primaria?

A continuación se te presentan una serie de frases sobre la “nutrición humana”. Debes clasificar la frase como:

A si consideras que la idea clave es imprescindible tratarla al final de la Educación Primaria.

B si es deseable que se trate.

C si su contenido no es importante para este nivel educativo

SOBRE LA NUTRICIÓN EN GENERAL	
3.1. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, toman sustancias del medio necesarias para crecer, moverse, etc.	
3.2. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición, que es un proceso en el que intervienen distintos órganos y sistemas del organismo (digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor).	
3.3. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición. Para ello, obtienen sustancias del medio que una vez transformadas en nutrientes van a servir para construir y reconstruir su propio organismo y también para obtener energía. Además eliminan sustancias de desecho al medio.	
3.4. Los seres humanos, al igual que otros seres vivos, realizan la función de la nutrición. Esta función se realiza en las células, a las que llegan los nutrientes. En ellas se producen las sustancias que le sirven para construir y reconstruir su propio organismo y también para obtener energía. Además en las células se generan sustancias de desecho que se eliminan al medio.	
4.1. Una buena alimentación variada nos ayuda a mantenernos sanos.	
4.2. Una alimentación variada es saludable porque nos aporta alimentos diversos que contienen los distintos tipos de nutrientes que nuestro organismo necesita (proteínas, glúcidos...).	
4.3. Una alimentación variada es saludable porque nos aporta alimentos diversos que contienen los distintos tipos de nutrientes que nuestro organismo necesita (proteínas, glúcidos...) para favorecer una nutrición adecuada.	
5.1. Los seres humanos obtienen del medio, alimentos de distinto origen que provienen de la agricultura, la ganadería y/o también de fábricas	

alimenticias. Esta obtención produce modificaciones en el medio.	
5.2. Los seres humanos obtienen del medio, alimentos de distinto origen que provienen de la agricultura, la ganadería y/o también de fábricas alimenticias. Esta obtención produce modificaciones en el medio, por lo que es necesario que existan concienciación social y normativas que garanticen un desarrollo sostenible.	
6.1. Los seres humanos expulsan sustancias de desecho (basuras, heces y orina) al medio como consecuencia de su nutrición. Estas sustancias pueden alterar el medio.	
6.2. Los seres humanos expulsan sustancias de desecho al medio como consecuencia de su nutrición. Estas sustancias pueden alterar el medio por eso es necesario emplear sistemas de reciclado (recogida selectiva de basuras,...) y de depuración (alcantarillado / fosas sépticas).	
<i>SOBRE LOS SISTEMAS RELACIONADOS CON LA NUTRICIÓN HUMANA</i>	
7.1. El sistema digestivo está formado por un tubo, que comienza en la boca y termina en el ano, y en el que podemos distinguir órganos (boca, faringe, esófago, estómago,... También está formado por los órganos anexos (hígado y páncreas).	
7.2. En el sistema digestivo se produce la digestión de los alimentos, en la que éstos se transforman en sustancias más simples, los nutrientes, que son necesarios para el organismo. También se producen desechos que se eliminan por las heces.	
7.3. En la digestión, los alimentos se transforman en sustancias más sencillas, llamadas nutrientes, que contribuyen a la obtención de materia que forma el propio organismo y de la energía que necesita. También se producen desechos que se eliminan por las heces.	
8.1. El sistema respiratorio está formado por las vías respiratorias, faringe, laringe, tráquea y bronquios, que se ramifican en los pulmones y terminan en los alvéolos.	
8.2. El sistema respiratorio tiene como función captar el oxígeno necesario para el organismo y eliminar el dióxido de carbono que es una sustancia de desecho.	
8.3. El sistema respiratorio tiene como función captar el oxígeno que, junto con los nutrientes que provienen de los alimentos, intervienen en la nutrición, produciendo energía. Además elimina dióxido de carbono (sustancia de desecho que se produce en este proceso).	
9.1. El sistema circulatorio está formado por el corazón (con dos capacidades superiores, las aurículas, y dos inferiores, los ventrículos) y	

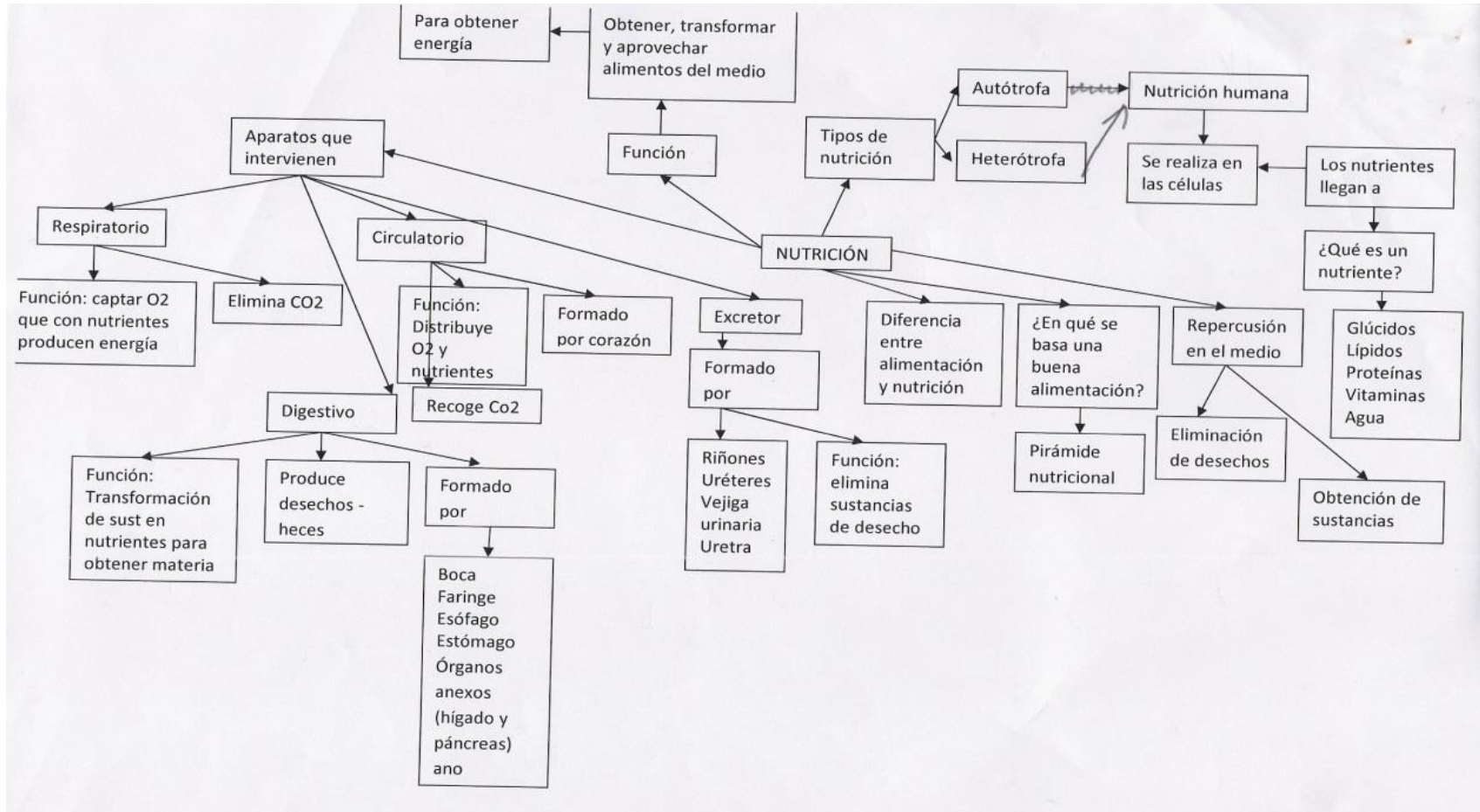
los vasos sanguíneos (venas, arterias y capilares).	
9.2. El corazón bombea la sangre que es transportada por los vasos sanguíneos y distribuye sustancias a todas las partes del cuerpo.	
9.3. El sistema circulatorio distribuye el oxígeno y los nutrientes a todas las partes del organismo para que se produzca el proceso de nutrición (obtención de materia y energía) en las distintas partes del cuerpo. Además, recoge las sustancias de desecho (dióxido de carbono y otras sustancias) que deben ser eliminadas.	
10.1. El sistema excretor está formado por los riñones y de los que salen unos conductos, los uréteres, que llegan a la vejiga urinaria, que se comunica con el exterior mediante la uretra.	
10.2. Los riñones eliminan las sustancias de desecho, nocivas para el organismo, formándose la orina que se expulsa al exterior.	
10.3. Los riñones eliminan las sustancias de desecho nocivas para el organismo que se producen en el proceso de nutrición, formándose la orina que se expulsa al exterior.	

4. APORTACIONES DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 1

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

En primer lugar, les presentaremos a los alumnos unas fotografías de una planta, un árbol, un perro, un pez, una hierba... A continuación ellos elaboran una tabla en la que establezcan diferencias y comparaciones entre la nutrición de estos y de ellos mismos. Una vez, elaborada la tabla deberán averiguar cómo se llama cada tipo de nutriente.

A partir de la actividad anterior en la que los alumnos averiguaron lo que era la nutrición y sus tipos, ahora tendrán que observar por grupos los esqueletos de una planta y de un humano para conocer el funcionamiento de los distintos aparatos. Considerando los conocimientos que han ido obteniendo a lo largo del curso sobre las partes de la planta que tienen que ver con la nutrición (raíz, tallo y hojas) y las del ser humano (riñón, hígado, esófago, estómago,...) tendrán que elaborar una especie de cómic donde reflejen paso a paso el trayecto que recorre el alimento desde la boca hasta la expulsión de este. En cada una de las viñetas que tendrán que especificar el aparato que interviene y la función. El profesor actuará como un guía intentando captar el interés del alumnado y según se vaya desarrollando la actividad irá planteando interrogantes sobre lo que es alimentación y sobre lo que es nutrición, escuchará las respuestas y si son erróneas intentará que el resto de compañeros expliquen por qué y si no llegan a un consenso él indirectamente a través de otras preguntas irá fomentando nuevas ideas para llegar a un aprendizaje significativo.

Para realizar esta actividad traerán diferentes etiquetas como por ejemplo, de los cereales, del tomate, de pastas, yogur, leche, chocolate, etc. Donde aparecerán los distintos componentes de alimentos (calorías, vitaminas, grasas, fibra,...). A partir de estos datos que lo clasifiquen según el tipo de nutriente al que pertenezcan según su criterio. El profesor les pedirá que expliquen al resto de sus compañeros el criterio que han utilizado y que lo justifiquen, los demás podrán aportar nuevas ideas y si no están de acuerdo con lo que han dicho justificarlo. De esta forma, el profesor conocerá hasta donde llegan sus conocimientos sobre el tema y actuará como un guía y mediador en el desarrollo de la actividad de aula. Luego, ellos

tendrán que investigar las funciones que realiza cada uno de los tipos de nutriente y dejarlos reflejados en una tabla que pondrán en el corcho de la clase.

Esta actividad requiere que los grupos vayan al corcho y recojan su tabla para elaborar la rueda de la alimentación, antes de realizar esta nueva tarea el profesor creará un torbellino de ideas sobre los diferentes alimentos que encontramos en nuestra vida diaria. Una vez obtenido distintos alimentos el profesor les guiará a la hora de englobar los alimentos en los distintos tipos de grupos que encontramos en la rueda. El profesor les preguntará que alimentos suelen ingerir y en qué cantidades para conocer y valorar si llevan a cabo una buena alimentación.

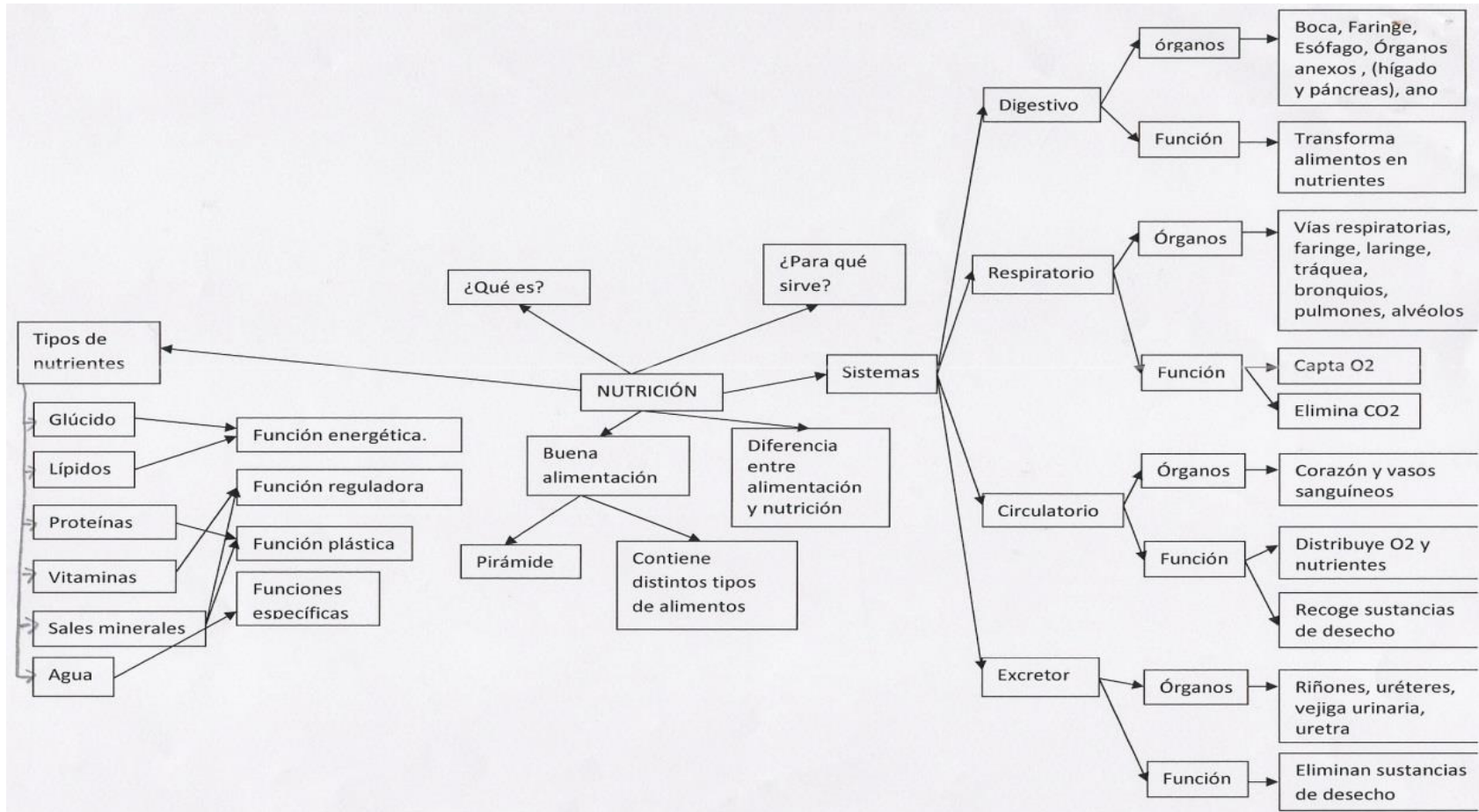
El profesor para intentar concienciar a los alumnos creará un debate sobre las repercusiones que tiene la alimentación en nuestro medio ambiente y que ellos mismos establezcan cuales serían las posturas adecuadas que deberán de adoptar en pro del medio.

Para evaluar los contenido, procedimientos y actitudes lo hemos ido realizando a lo largo de la actividad mediante tablas, debates, prácticas de laboratorio y murales. De esta manera no sólo quedan reflejados los contenidos conceptuales como la nutrición y sus tipos, sistemas o aparatos,.. si no que también procedimientos como observación, elaboración, comparaciones y diferencias,... e incluso actitudes que tienen que ver con la rigurosidad, limpieza, interés, respeto,...

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 2

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los contenidos propuestos sobre la nutrición humana les pediremos que realicen las siguientes actividades. Una vez explicado el concepto de la nutrición humana se relacionará con los diferentes sistemas del cuerpo humano con los que guarda relación. Para evaluar si lo han entendido se les presentará la siguiente actividad:

-Relaciona los siguientes órganos y sistemas del cuerpo humano que intervienen en la función de nutrición:

ÓRGANOS: boca, pulmones, riñones, corazón, lengua, traquea, venas, uretra, dientes, faringe, bronquios, uréteres, arterias, nariz, faringe, ano, esófago, estómago, hígado, intestino y bronquiolos.

SISTEMAS: respiratorio, digestivo, circulatorio y excretor.

Después les plantearemos las siguientes afirmaciones sobre el proceso de nutrición, las cuales deberán colocar en el orden correcto:

1. Digestión en el intestino delgado.
2. Digestión en la boca.
3. Absorción de las sustancias nutritivas en el intestino delgado.
4. Formación de las heces en el intestino grueso.
5. Digestión en el estómago.

Para explicarles en que consiste una buena alimentación les presentará la imagen de la pirámide alimenticia, la cual ellos observarán y por grupos elaborarán una lista de alimentos y cantidades se podrían comer en un día (desayuno, comida, merienda y cena) pero fijándose de que se ajuste a una dieta equilibrada. También

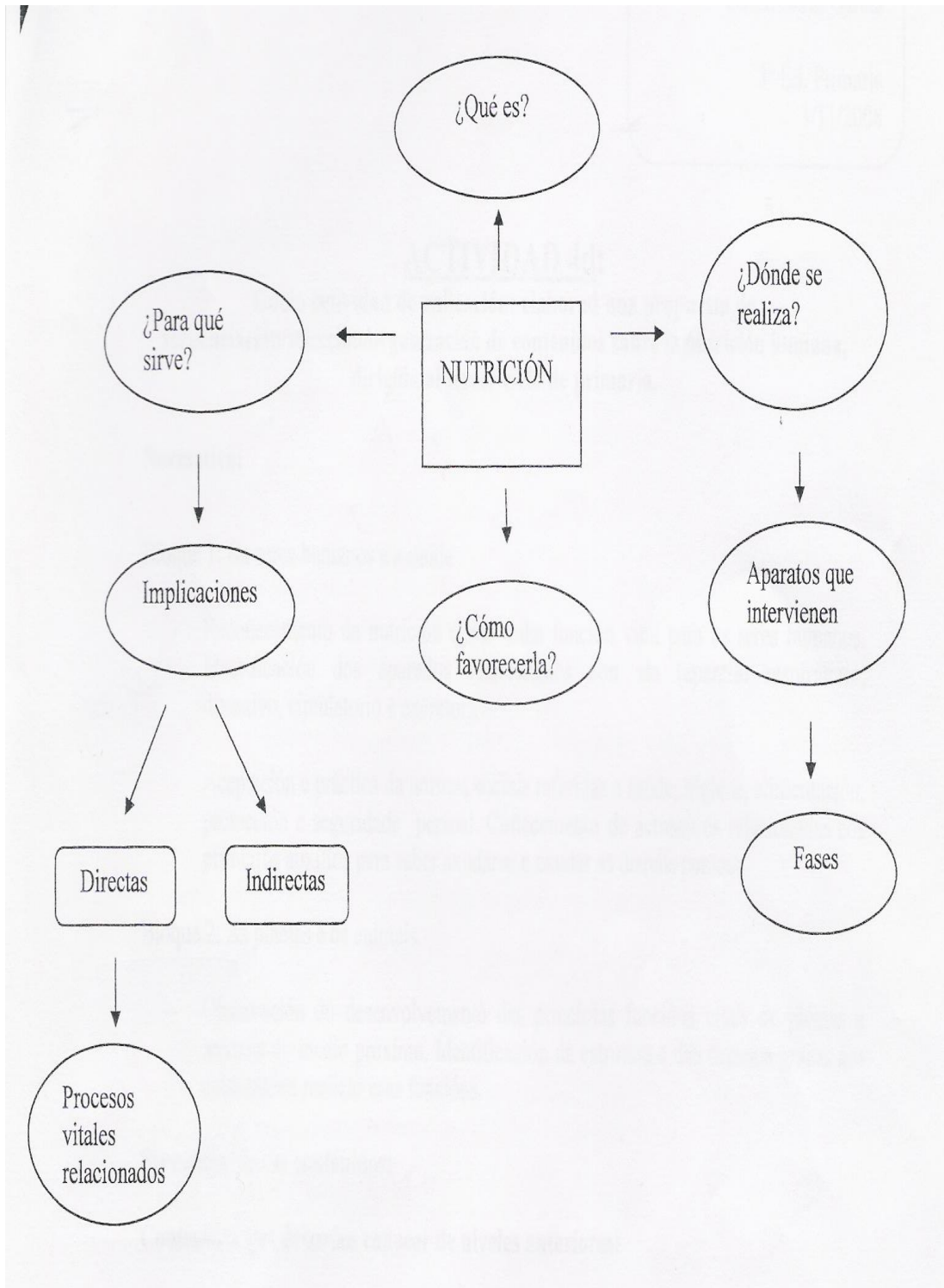
elaboraran un mural con imágenes sobre hábitos alimenticios correctos e incorrectos.

Con la realización de estas actividades que proponemos trabajamos en el tema de la nutrición humana y estaremos evaluando los tres tipos de contenidos.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 3

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA

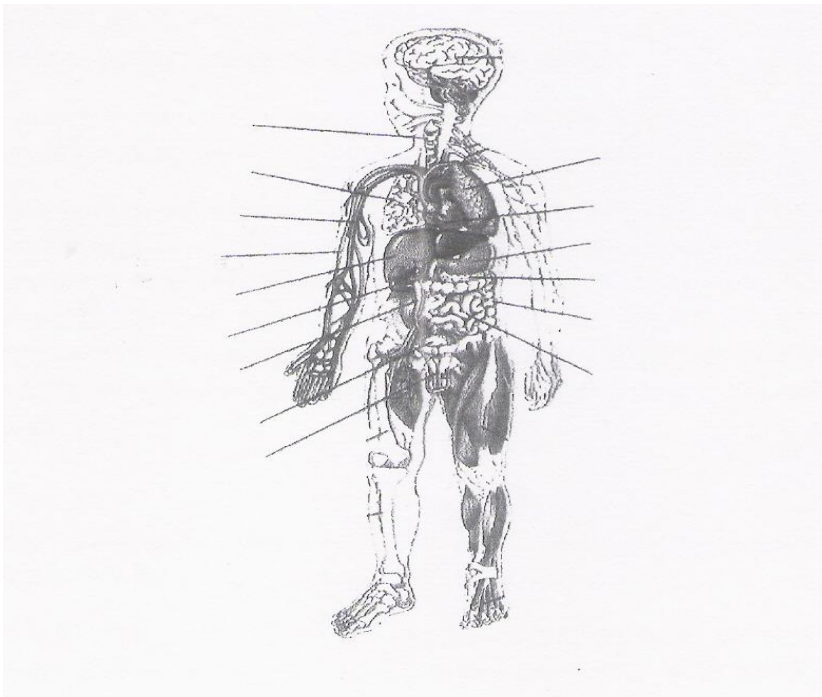


II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los contenidos conceptuales y procedimentales relacionados con la nutrición realizaremos un examen en el cual se intercalarán preguntas cortas con dibujos, así como, elaboración de textos y prácticas. El examen será:

- A partir de la foto señala cuáles son los aparatos que intervienen en la nutrición, ¿qué función realiza cada uno de ellos?, ¿qué órganos componen los distintos aparatos?

Con estas preguntas pretendemos que los alumnos identifiquen los aparatos que intervienen en la nutrición, las funciones de éstos así como las partes de los mismos.



- A partir de la foto anterior, identifica los procesos implicados en la transformación de los nutrientes indicando los órganos que actúan en cada proceso.

Con esta actividad queremos que los niños reconozcan los órganos que intervienen en el proceso de transformación de los nutrientes así como los nombres de los procesos.

- Elabora un texto en el que utilices las siguientes palabras: ingestión, digestión, absorción, metabolismo, excreción y alimentos. Identifica a qué clase de seres vivos pertenece este tipo de nutrición.

Con esta actividad pretendemos que los alumnos describan y analicen los procesos implicados en la nutrición de los animales.

Este examen se realizará en una sesión de hora y media, pudiendo dejar un poco más de tiempo por si los alumnos los necesitasen.

Para evaluar las relaciones que establecen los niños entre la nutrición, la obtención de energía, el crecimiento, el desarrollo del ser vivo y la reproducción les propondremos una actividad que consistirá en la plantación y cuidado de una planta en pequeños grupos de tres alumnos. Cada grupo se encargará de una planta diferente e irá apuntando en fichas los cambios que van observando a lo largo del tiempo (la fuente de donde obtienen energía, los nutrientes que toma, como van creciendo, etc.). a final de curso cuando las plantas ya hayan crecido, se les pedirá que cojan un esqueje y lo planten para que los niños puedan ver un modo de reproducción (asexual). Para finalizar, se pondrán en común el contenido de las fichas en gran grupo.

Esta actividad se realizará a lo largo de todo el curso. Se les dejarán cinco minutos cada semana para que apunten en las fichas los cambios que van sufriendo las plantas. Además cinco minutos antes de irse los dedicarán a regarlas o a realizar los cuidados que necesiten.

Por otro lado, para evaluar los contenidos actitudinales que los niños van adquiriendo en el transcurso del tema les propondremos una actividad que consistirá en elaborar un informe, en función de una serie de entrevistas realizadas a diferentes personas relacionadas con la ganadería, con la agricultura, con fábricas alimenticias y con la nutrición en general. Estas personas podrían ser abuelos/as que vivan en el rural y puedan tener contacto con ganaderías,

agricultores... y también los encargados del comedor escolar para facilitarles la realización de las entrevistas en las que preguntaran cuestiones como estas:

- ¿Cuál es el menú de esta semana en el comedor? ¿Y el de la semana pasada cuál fue? ¿Qué semejanzas y diferencias encuentras?

Con esta pregunta pretendemos que los niños aprecien algunas semejanzas entre las comidas que realizan en las diferentes semanas en cuanto a variedad de alimentos, repetición de otros (fruta, lácteos, carnes, verduras, etc.) y cantidades de los mismos.

- ¿Por qué nunca se come bollería o comida precocinada en el comedor?
¿Por qué se aconseja consumir pocos alimentos de este tipo?

Con esta pregunta se pretende que los niños valoren las consecuencias de ingerir determinados alimentos en grandes cantidades y de forma continuada en el tiempo. También se busca que los alumnos se sensibilicen sobre las repercusiones que tienen en la salud estos alimentos.

- Hay mucha gente que vive de cultivar alimentos, de criar ganado para producir carne y leche y de fabricar alimentos industrialmente. ¿Por qué pasa esto? ¿Qué repercusiones tecnológicas produjo?

Pretendemos que los niños a través de esta pregunta valoren la importancia social y tecnológica que tuvo y tiene la nutrición.

- ¿Siempre cultivasteis las mismas tierras? ¿Y los mismos alimentos? Si cambiasteis, ¿por qué?

Con esta pregunta pretendemos que los alumnos se conciencien de las repercusiones naturales que tuvo y sigue teniendo la agricultura y la ganadería.

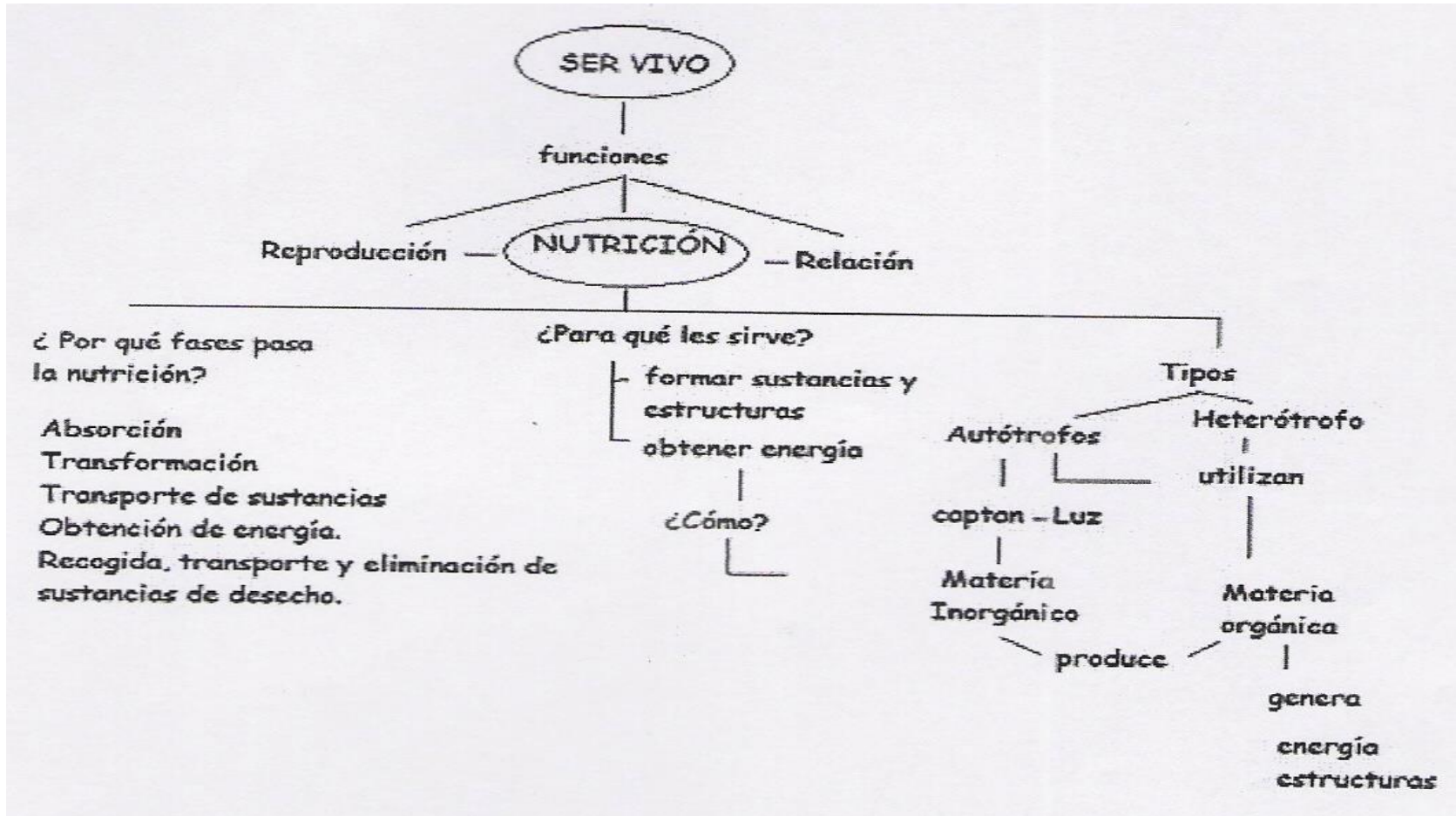
Para elaborar el informe deberán valorar positivamente todas las aportaciones que recogieron en las entrevistas intentando reflejar en el mismo la importancia de una dieta equilibrada, la relación entre salud y nutrición, las repercusiones sociales, naturales y tecnológicas que produjo la nutrición a través de la agricultura, la ganadería y las fábricas alimenticias.

Para realizar esta actividad les daremos dos semanas de tiempo para que puedan realizar las entrevistas con facilidad y para que puedan realizar el informe con rigurosidad.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 4

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



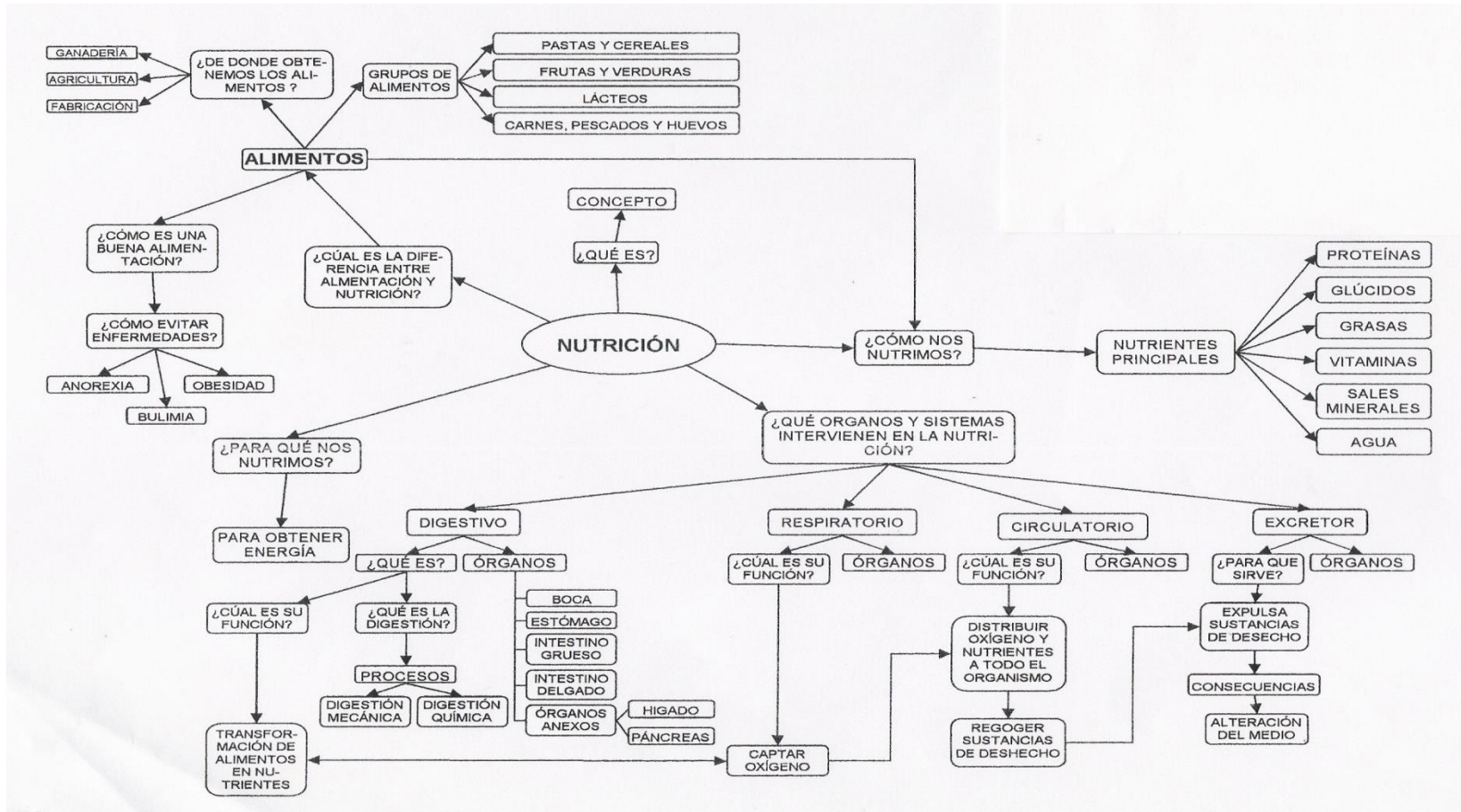
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- ¿Cuáles crees que son las funciones de los seres vivos?
- ¿Cuál o cuáles crees que son las más importantes?
- ¿Qué es la nutrición? ¿Qué significa la palabra nutrición?
- ¿En qué consiste la nutrición?
- ¿Para qué nos sirve la nutrición?
- ¿Todos los seres vivos nos nutrimos igual?
- Si crees que no, ¿qué diferencias encuentras?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 5

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Realizaremos una prueba en la que evaluaremos fundamentalmente los contenidos conceptuales.

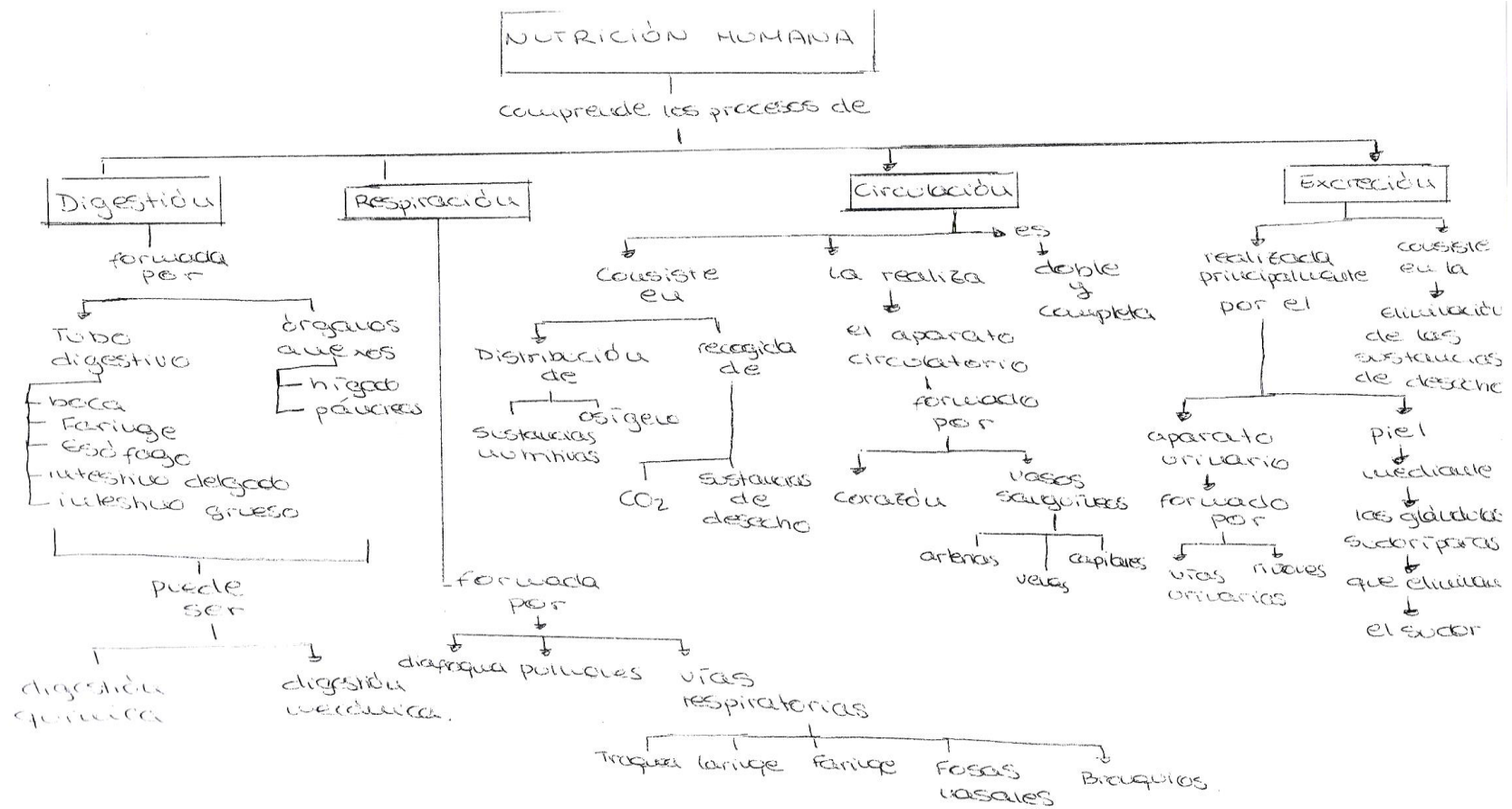
- Enumera los principales nutrientes.
- ¿Cuáles son los sistemas que intervienen en la nutrición? Identifica su función y sus órganos.
- ¿Por qué nos nutrimos?
- ¿Cuál es la diferencia entre alimentación y nutrición?
- ¿Cuáles son los principales grupos de alimentos? Explica sus propiedades brevemente.

A través de esta prueba escrita evaluaremos procedimientos como la expresión escrita.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 6

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



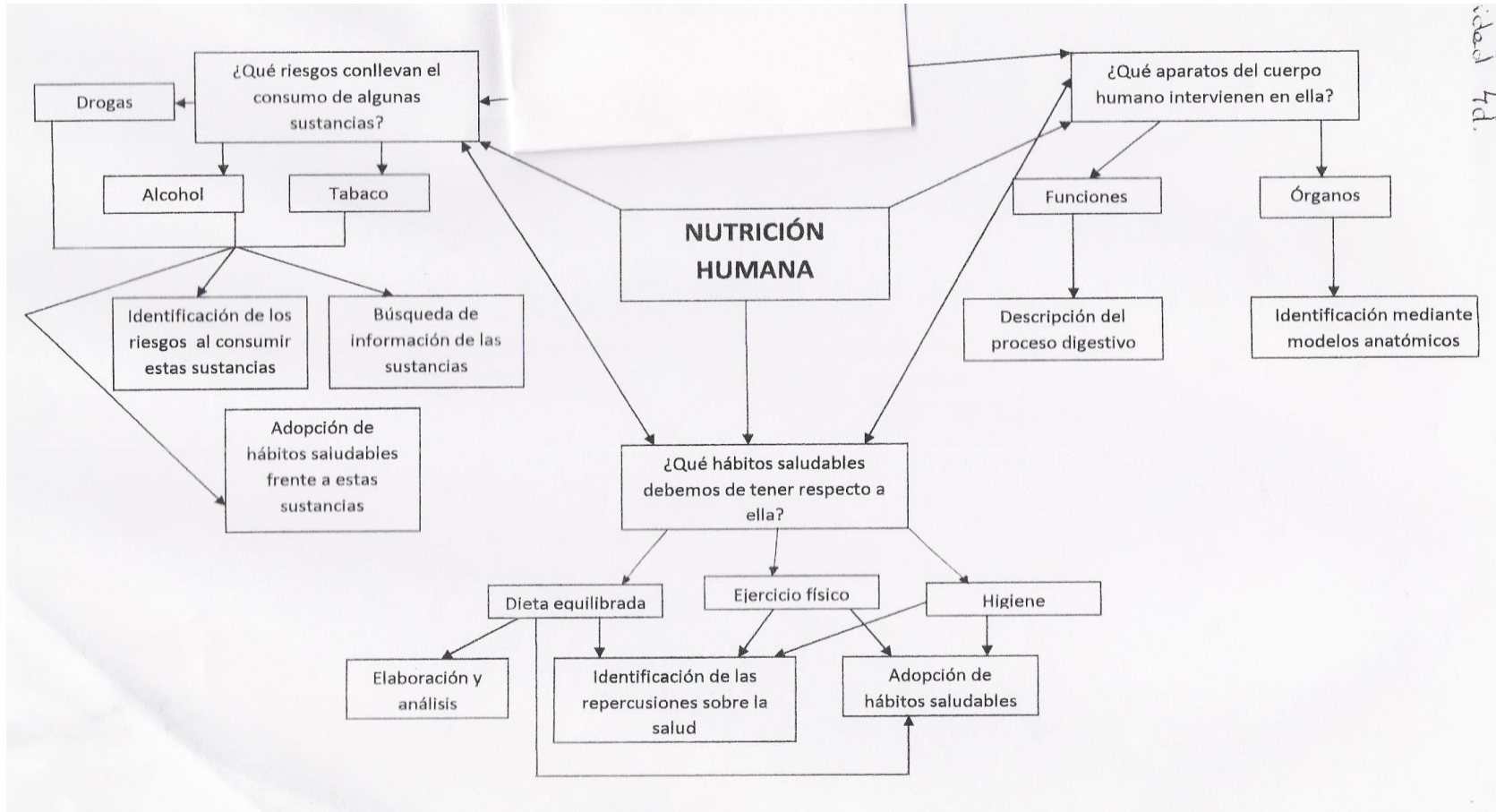
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- En grupos de cuatro personas, buscad información acerca de los procesos que intervienen en la nutrición humana (digestión, respiración, circulación y excreción). ¿Creéis que alguno es más importante que otro? ¿Por qué? ¿Qué función tiene cada proceso? ¿Qué aparatos intervienen? Reorganizar la información de manera que si a alguno de tus compañeros le falta “algo”, puedas ayudarle a completar su información. Recordar que sois un equipo y debéis cooperar unos con otros.
- Cuando comes una manzana, ¿qué crees que ocurre desde que la metes en la boca hasta que la expulsas? Investiga qué órganos y procesos se ven implicados en este recorrido. Recuerda que una parte de ese alimento siempre llega a la sangre. ¿Cómo lo hace? Intenta ser riguroso en tu investigación.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 7

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

1) a) ¿En qué consiste la nutrición humana?

b) ¿Qué aparatos del cuerpo humano intervienen en ella?

2) Selecciona de los siguientes hábitos aquellos que consideres más saludables respecto a la nutrición humana:

- Merendar todos los días bollos, cruasanes, chocolate, etc.
- Pasarse muchas horas al día delante de la televisión o el ordenador.
- Comer cinco piezas de fruta y verdura al día.
- Ir a patinar o hacer natación después del colegio.
- Lavarse los dientes una vez al día.
- Lavarse las manos antes de comer.

3) ¿Qué piensas que ocurriría si todos los días comiéramos donuts, dulces, golosinas...viéramos la televisión toda la tarde y no realizáramos ningún tipo de ejercicio?

4) ¿Qué riesgos para la salud crees que existen al consumir drogas, alcohol y tabaco?

DEBATE SOBRE EL RIESGO, PARA LA SALUD, DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS COO EL TABACO, ALCOHOL Y DROGAS. Hacer un informe con las conclusiones más relevantes.

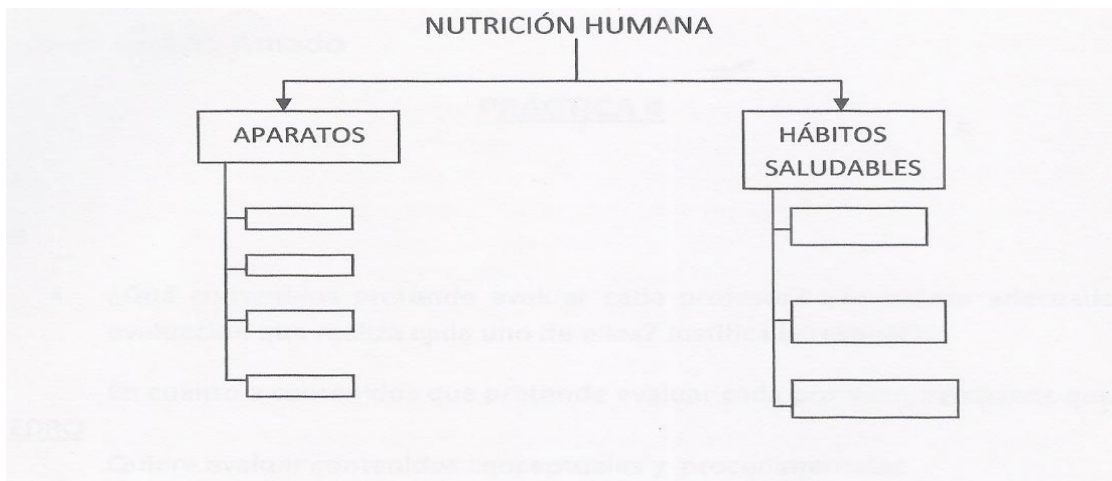
ELABORACIÓN DE UNA DIETA EQUILIBRADA EN CLASE. Entre todos elaboraremos una dieta equilibrada.

ELABORACIÓN DE UNA ENTREVISTA

Formula algunas preguntas que se te ocurran para realizar una entrevista a tus familiares y amigos sobre los hábitos saludables que tienen. Después realiza la entrevista y realiza un informe con los datos recogidos y con una pequeña conclusión sobre lo que te han contestado.

REALIZACIÓN DE UN MAPA CONCEPTUAL

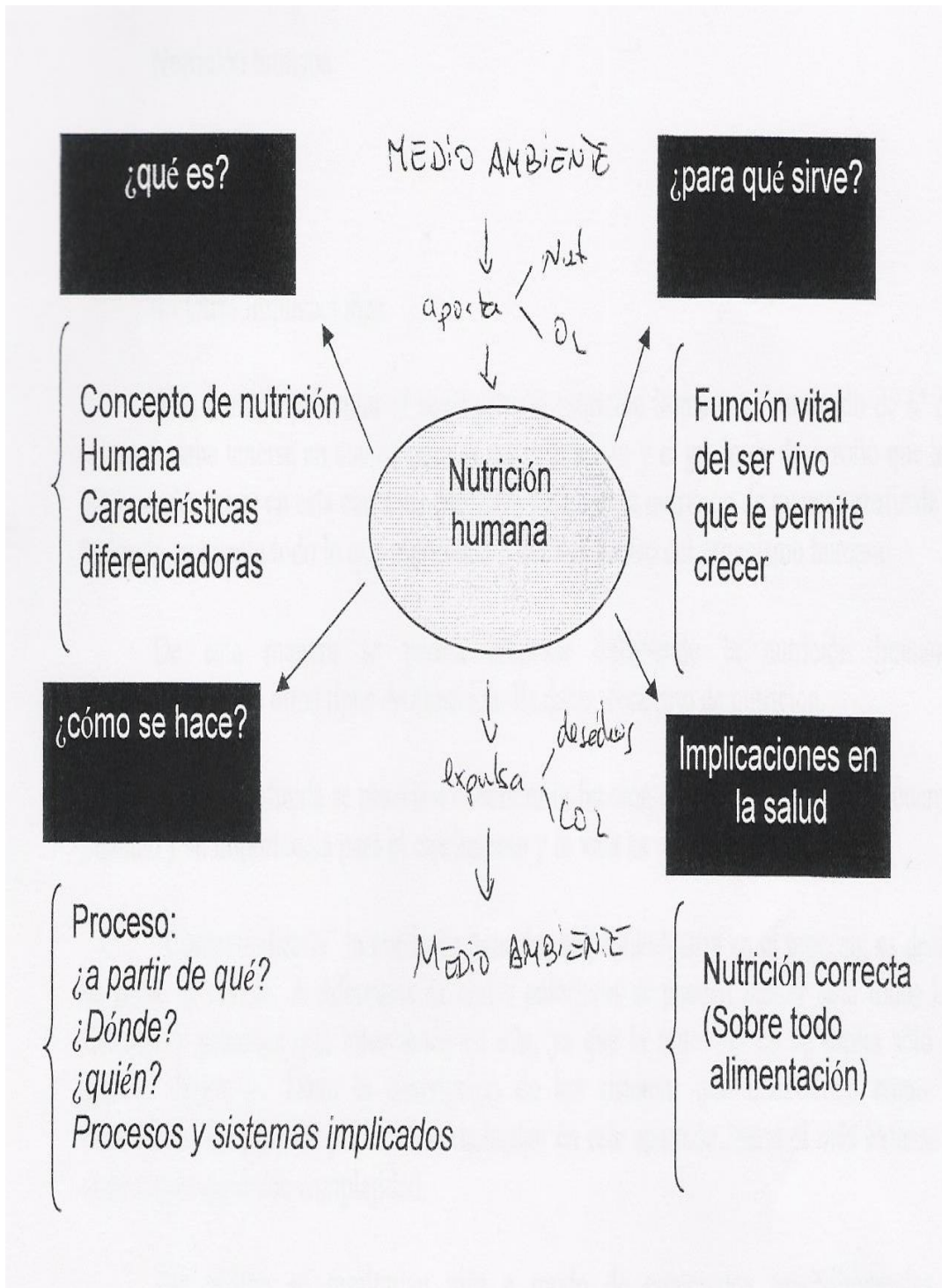
Completa el siguiente mapa conceptual:



**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 8

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Somos partidarios de proponer una prueba al final del tema a modo de examen para obligar a los niños a que fijen de alguna manera todo lo que han aprendido y lo apliquen. Esta forma de evaluación se utiliza más bien para los contenidos conceptuales.

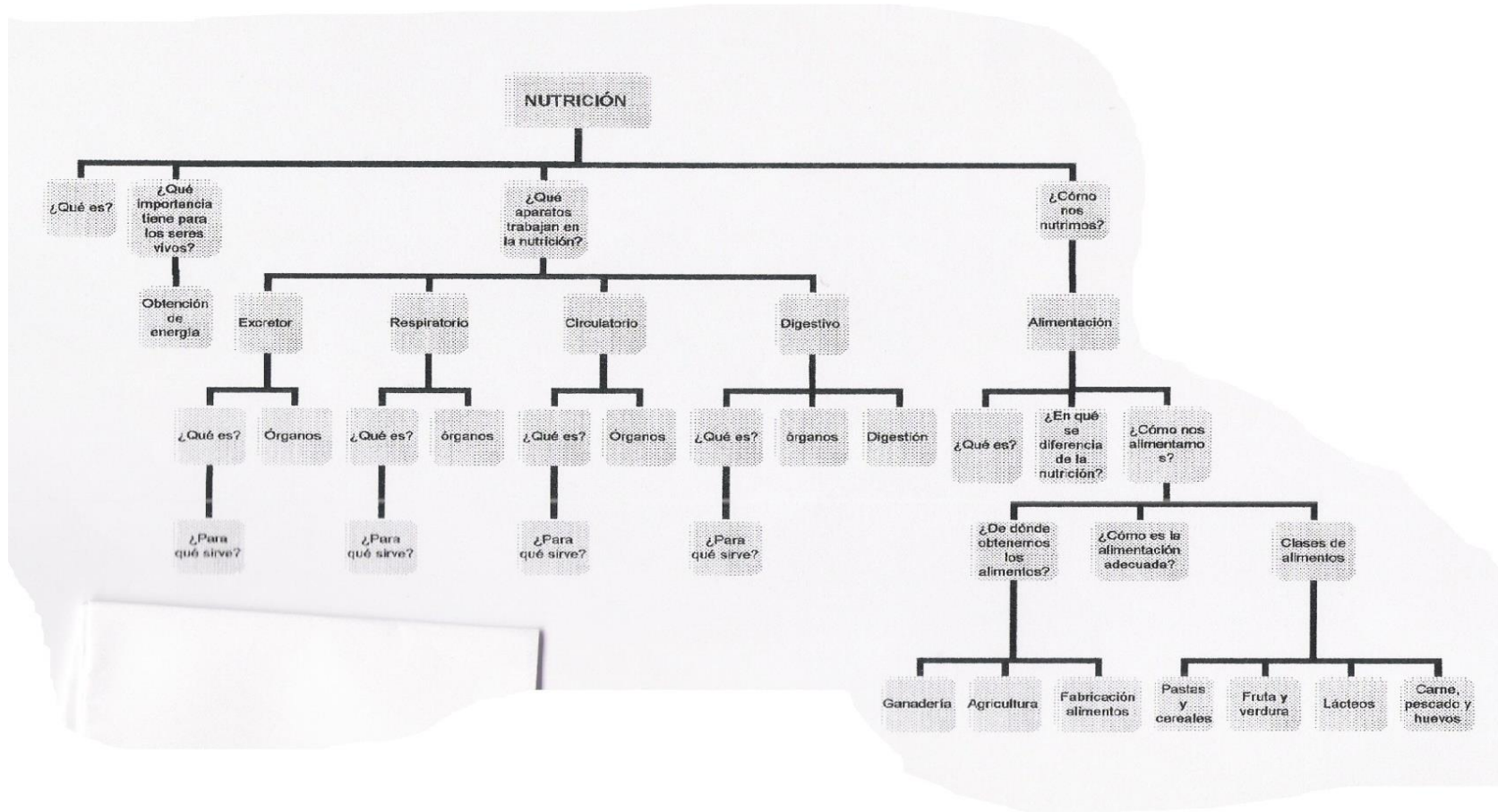
Ejemplo:

1. ¿Qué es la nutrición humana?
2. ¿Qué sistemas intervienen en ella? ¿Qué función realiza cada una?
3. Enumera los pasos y el proceso que sigue una manzana cuando comemos.
4. ¿Qué es el jugo gástrico? ¿Para qué sirve?
5. ¿Qué aspectos importantes crees que has aprendido sobre la nutrición humana? ¿Para qué crees que te pueden servir?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 9

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



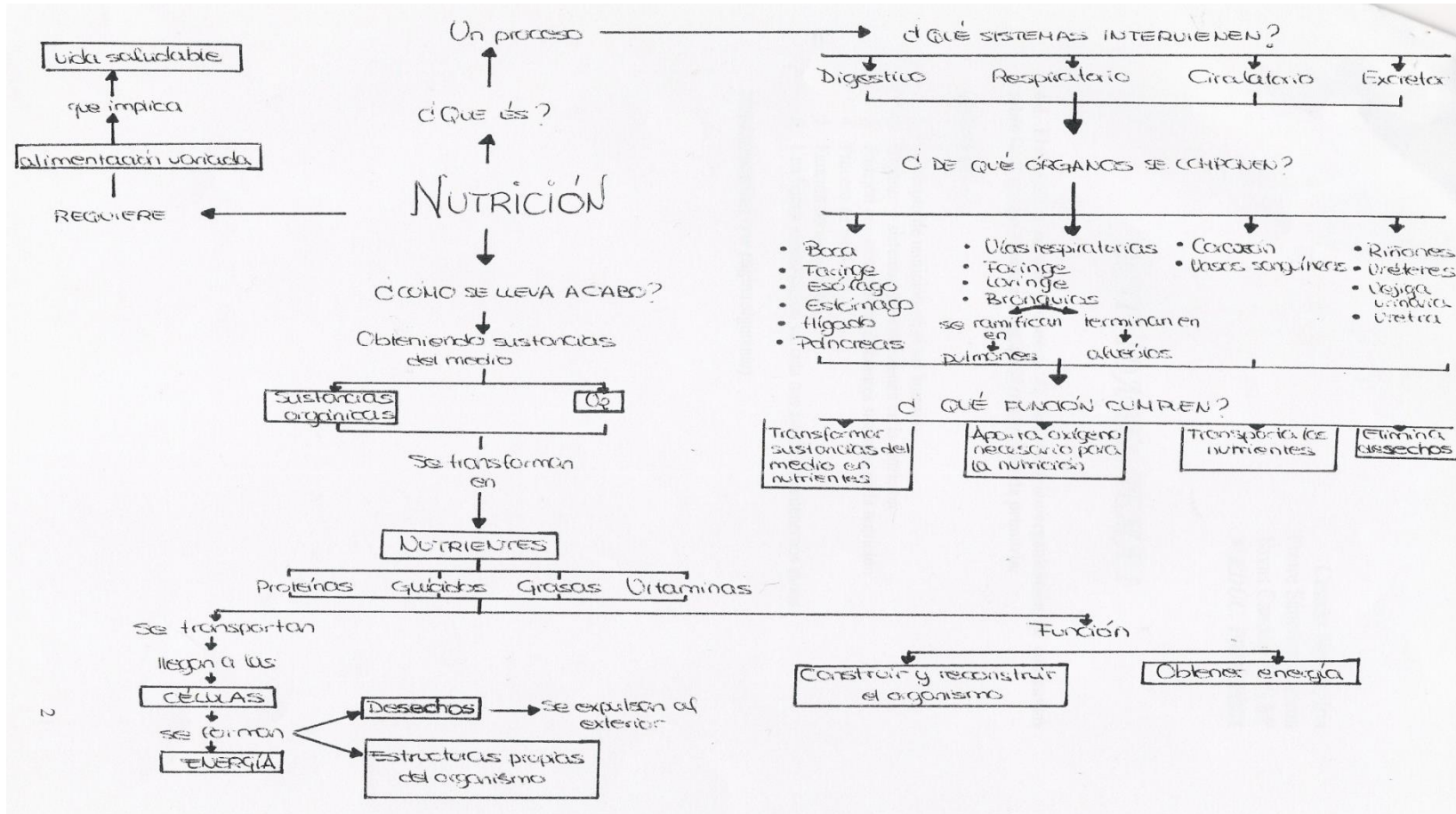
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Ordena las siguientes fases de la digestión: digestión estomacal, deglución, ingestión, digestión intestinal, masticación, insalivación
- Escribe durante qué fases se producen estas transformaciones y en qué órganos tiene lugar: alimento-bolo alimenticio, bolo alimenticio-quimo, quimo-quilo
- Explicad por parejas tres diferencias entre la inspiración y la espiración”
- Traza los esquemas de la circulación mayor y menor en un papel y señala con flechas el recorrido de la sangre en cada caso
- ¿En qué consiste el proceso excretor? ¿crees que es imprescindible para el organismo? ¿por qué?
- Escribe al menos dos acciones que podamos llevar a cabo para cuidar el sistema excretor
- Elabora una lista de los alimentos que has comido ayer a lo largo del día y contesta a las siguientes preguntas:
 - ¿Mantuviste una dieta equilibrada? ¿Por qué? ¿Podrías cambiar algo para mejorarla?
 - Teniendo en cuenta lo que has comido hoy, ¿qué deberías tomar en las comidas que te faltan para que tu dieta sea equilibrada?
- ¿Por qué un adulto de 35 años no necesita comer tantos alimentos constructores como un niño de 7 años?
- Elabora una lista de los alimentos que has comido ayer a lo largo del día y contesta a la siguiente pregunta:
 - ¿Qué tipo de alimentos tomaste?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

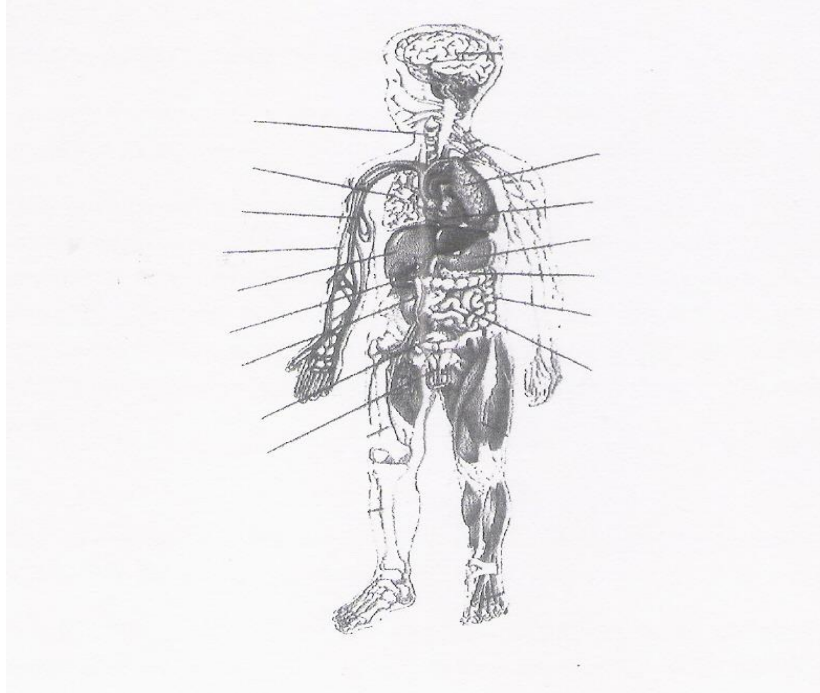
GRUPO DE PROFESORES/AS: 10

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Identifica cada uno de los órganos que intervienen en la nutrición, a partir del siguiente dibujo, y agrúpalos según el sistema al que pertenezcan.

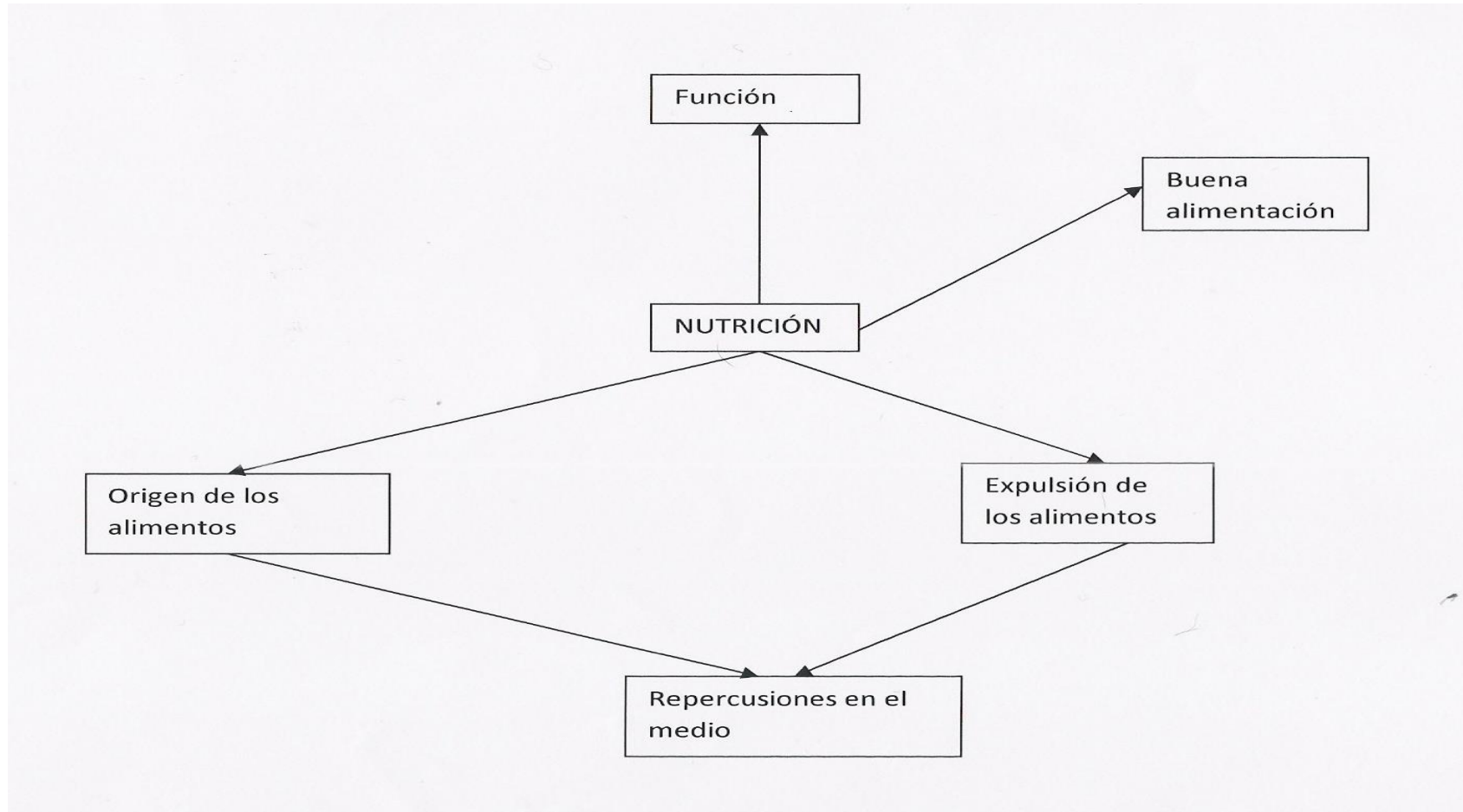


- “Los seres humanos al igual que otros seres vivos, realizan la función de nutrición, que es un proceso en el que intervienen distintos órganos y sistemas del organismo (digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor)”. Concretamente, podrías indicar ¿cuál es la función que cumplen cada uno de los sistemas en el proceso de nutrición?
- Cuando llevamos a cabo el proceso de nutrición obtenemos energía de los alimentos. Podríais explicar ¿cómo obtenemos energía a partir de un bocadillo de jamón serrano?
- Haz una lista de todos los alimentos que tomaste en un día, señalando a qué grupo (proteínas, glúcidos, grasas y vitaminas) pertenece cada uno de ellos. ¿Consideras que tu dieta es adecuada? ¿Por qué? En caso de no ser así, ¿qué podrías hacer para que lo fuera?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 11

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



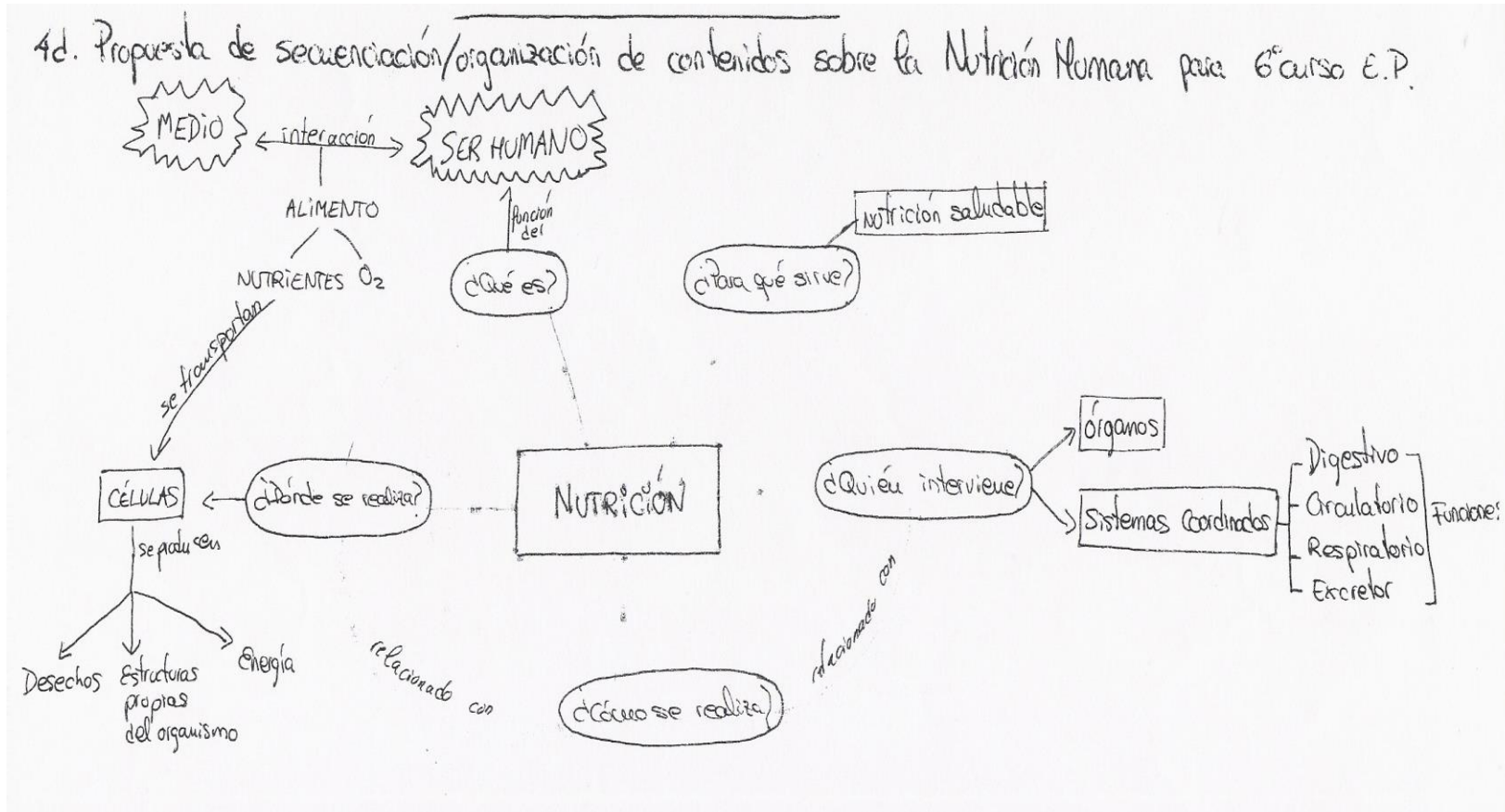
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- ¿Qué sucede en el proceso de la digestión?
- ¿En qué consiste llevar una buena alimentación?
- ¿En qué consiste la función de la nutrición?
- ¿De dónde obtenemos los alimentos? ¿a dónde expulsamos las sustancias de desecho? ¿qué produce esa obtención y eliminación?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 12

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

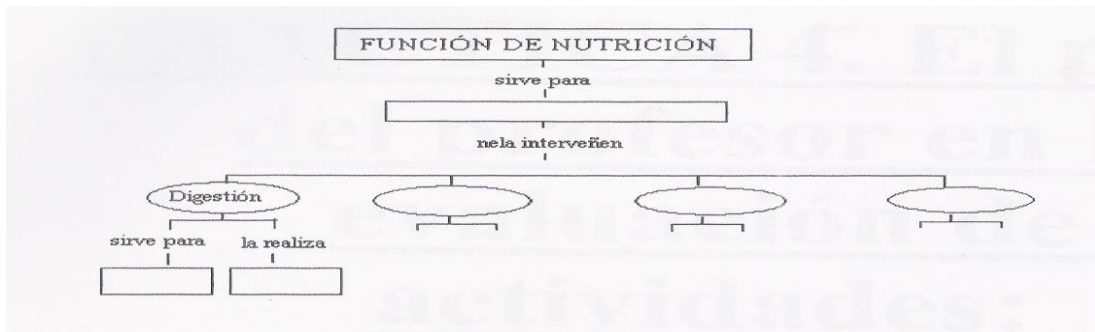
- Mediante la evaluación inicial tanto los niños como el profesor tendrán constancia de los conocimientos previos sobre el tema que tiene el alumnado:
 - ¿Cuál te parece la respuesta más completa en cuanto al concepto de lo que es y para lo que sirve la nutrición?
 1. *Es necesario comer para poder crecer. Comer nos hace cada vez más altos y así podemos llegar a ser adultos.*
 2. *Los alimentos sirven sobre todo para que podamos vivir y crecer, realizando todas nuestras funciones vitales.*
 3. *comemos sobre todo porque tenemos hambre. Todos los animales comen para saciar el apetito.*
 - ¿Para qué comemos? Elige la opción u opciones correcta/s:
 - Para crecer.
 - Para engordar.
 - Para expulsar lo que no sirve por el final del tubo digestivo.
 - Para reproducirnos.
 - Para crecer y mantener todas las funciones vitales de nuestro organismo.
- A lo largo del proceso de enseñanza / aprendizaje iremos comprobando, a través de las actividades de clase, la evolución de sus conocimientos y la adquisición y aplicación de otros nuevos. Ejemplos de actividades:
 - Los alimentos que ingerimos pasan por diferentes lugares hasta llegar a nuestro plato, ¿cuál es el lugar de origen por ejemplo de las cebollas o las zanahorias?

- Por la mañana desayunamos galletas de fibra, ¿qué sucede para que actúe dentro de nuestro organismo?
- Comemos un plato de lentejas y obtenemos energía, ¿de dónde y cómo sucede?
- Mira el dibujo y contesta.



- En la nutrición intervienen una serie de aparatos, ¿cuáles son? ¿Cuál es su función?
- ¿Qué relación existe entre el ser humano y el medio? Y ¿qué sustancias cogemos de él?
- ¿Cuál es la función de la sangre en nuestro organismo? ¿Qué sustancias transporta?
- ¿En qué consiste la absorción de los alimentos?

➤ Completa el siguiente mapa conceptual:



➤ Como evaluación final haremos una prueba escrita con preguntas cortas y cuestiones abiertas:

- ¿Por qué unas personas o animales necesitan más alimento que otras?
- Cita los órganos del aparato digestivo y explica brevemente su función
- Clasifica estos órganos en el cuadro

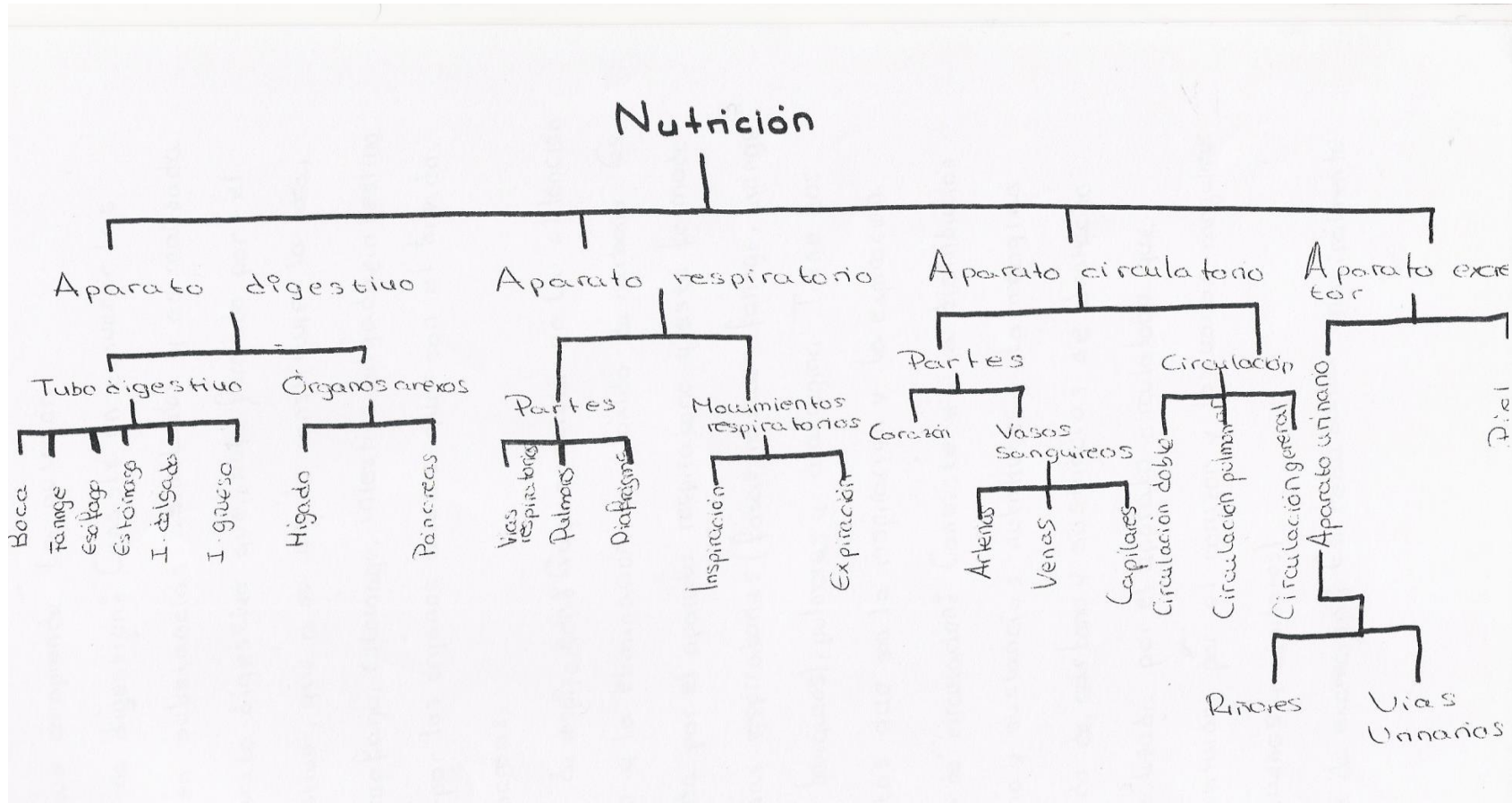
· estómago · corazón · traquea · arterias · intestino · capilares
 · pulmones · riñones · hígado · bronquios · vejiga · venas

APARATOS Y ÓRGANOS QUE INTERVIENEN EN LA FUNCIÓN DE NUTRICIÓN			
Digestivo	Respiratorio	Excretor	Circulatorio

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 13

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

ACTIVIDAD 1

Agrupa los órganos que citamos a continuación en el círculo correspondiente:

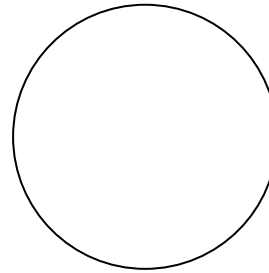
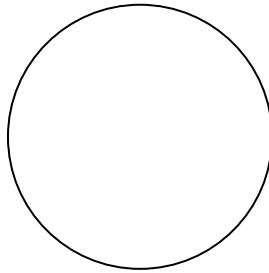
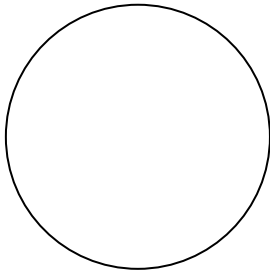
Corazón músculos huesos estómago

Tendones boca intestinos

Aparato locomotor

Aparato digestivo

Aparato circulatorio



ACTIVIDAD 2

Une las expresiones del grupo A con la que corresponda del grupo B

Grupo A

Grupo B

En el estómago

se mastican e insalivan los alimentos

En la boca

se expulsan por el ano

En el intestino

la sangre absorbe las partes útiles de los alimentos

Los excrementos

se mezclan los alimentos con los jugos gástricos

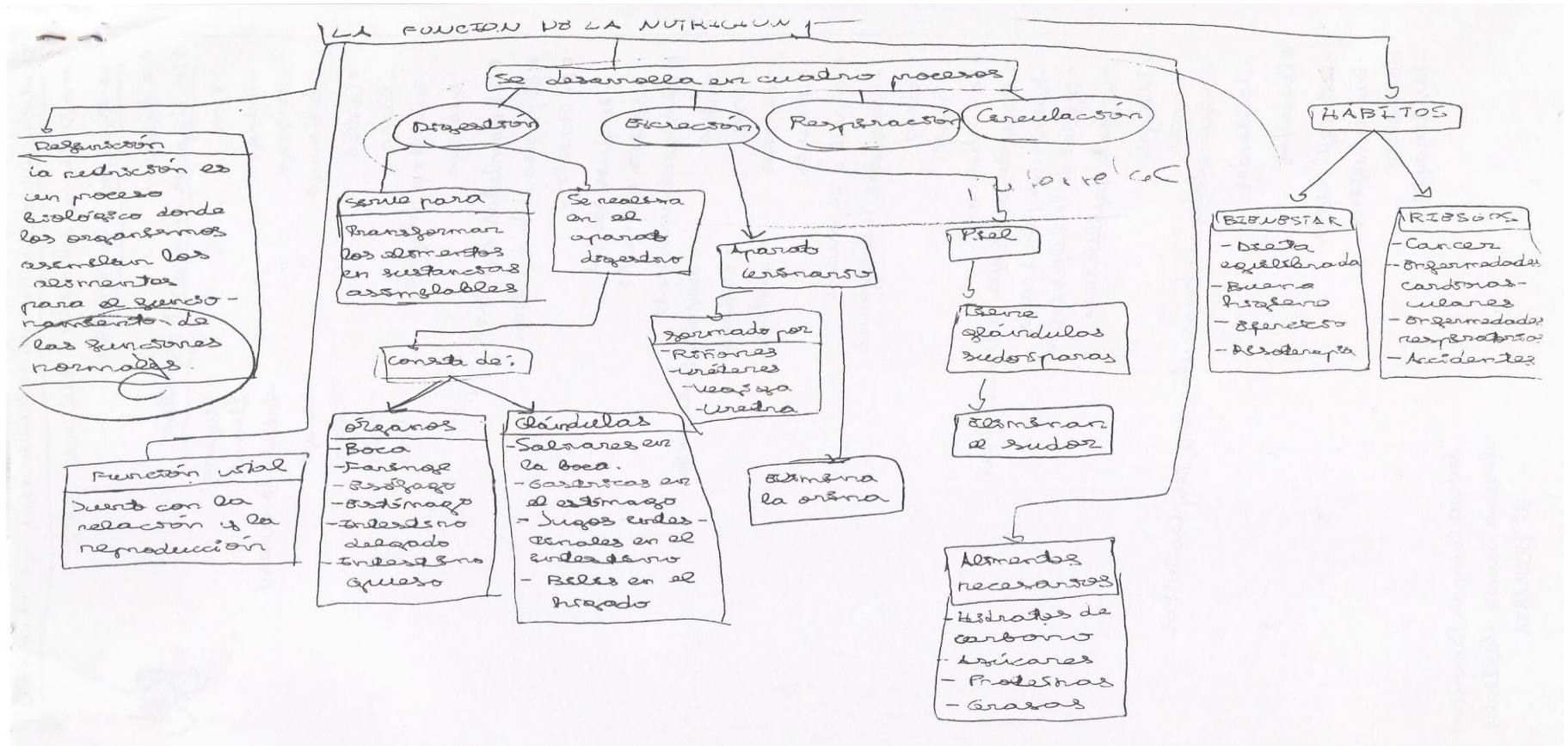
ACTIVIDAD 3

Ordena correctamente las palabras: esófago, intestino grueso, boca, estómago e intestino delgado.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 14

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



HÁBITOS

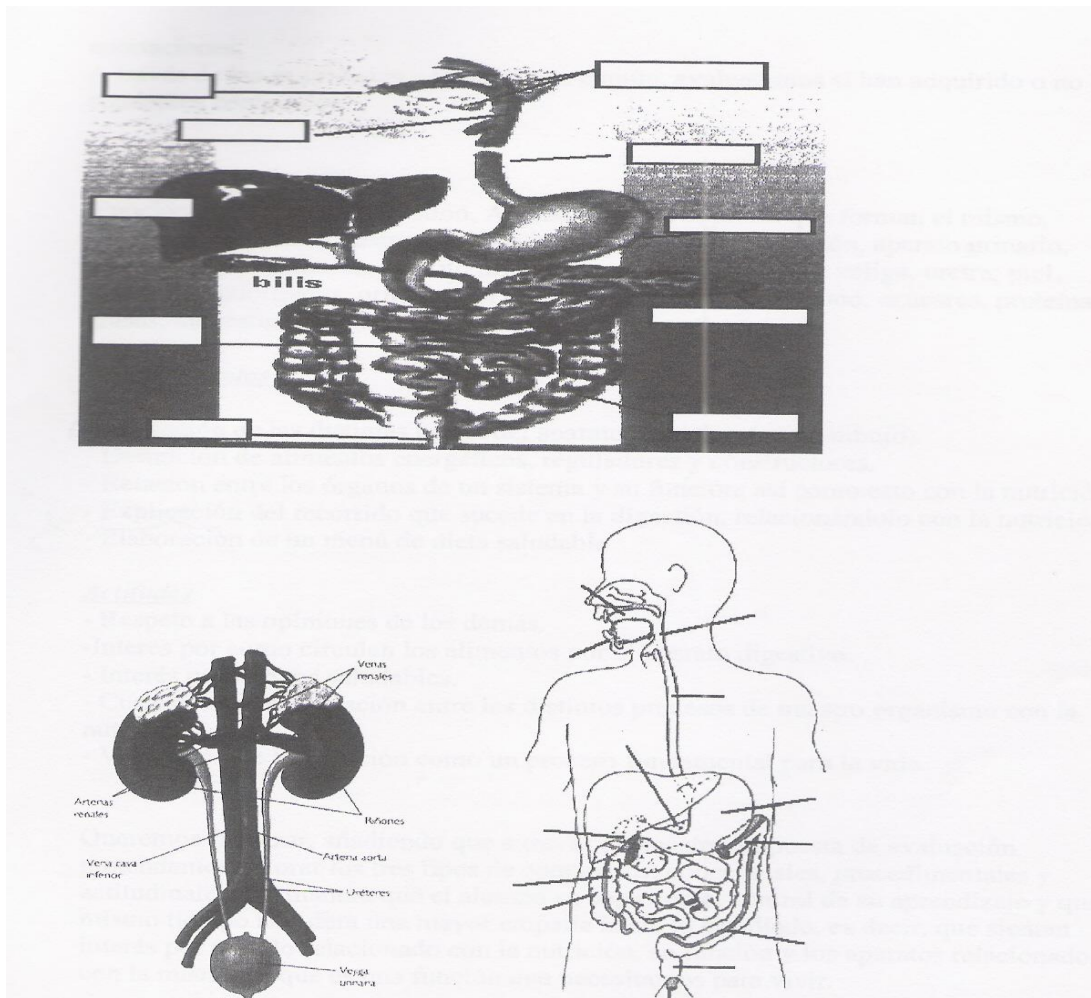
- BIBELUSTAR**
- Dieta equilibrada
 - Buena hidratación
 - Ejercicio
 - Hidratación

- RISGOS**
- Cáncer
 - Enfermedades cardiovasculares
 - Enfermedades respiratorias
 - Accidentes

II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Define los siguientes conceptos:
 - Alimentos energéticos.
 - Alimentos reguladores.
 - Alimentos constructores.

- Anota el nombre de los órganos del aparato digestivo y del respiratorio.



- Escribe siete órganos del aparato digestivo, cuatro del excretor y tres del circulatorio y la función que cumple cada uno.

- Haz un breve resumen del recorrido que realizan los alimentos por el sistema digestivo y el excretor, considerando los nombres y las características que van adquiriendo.

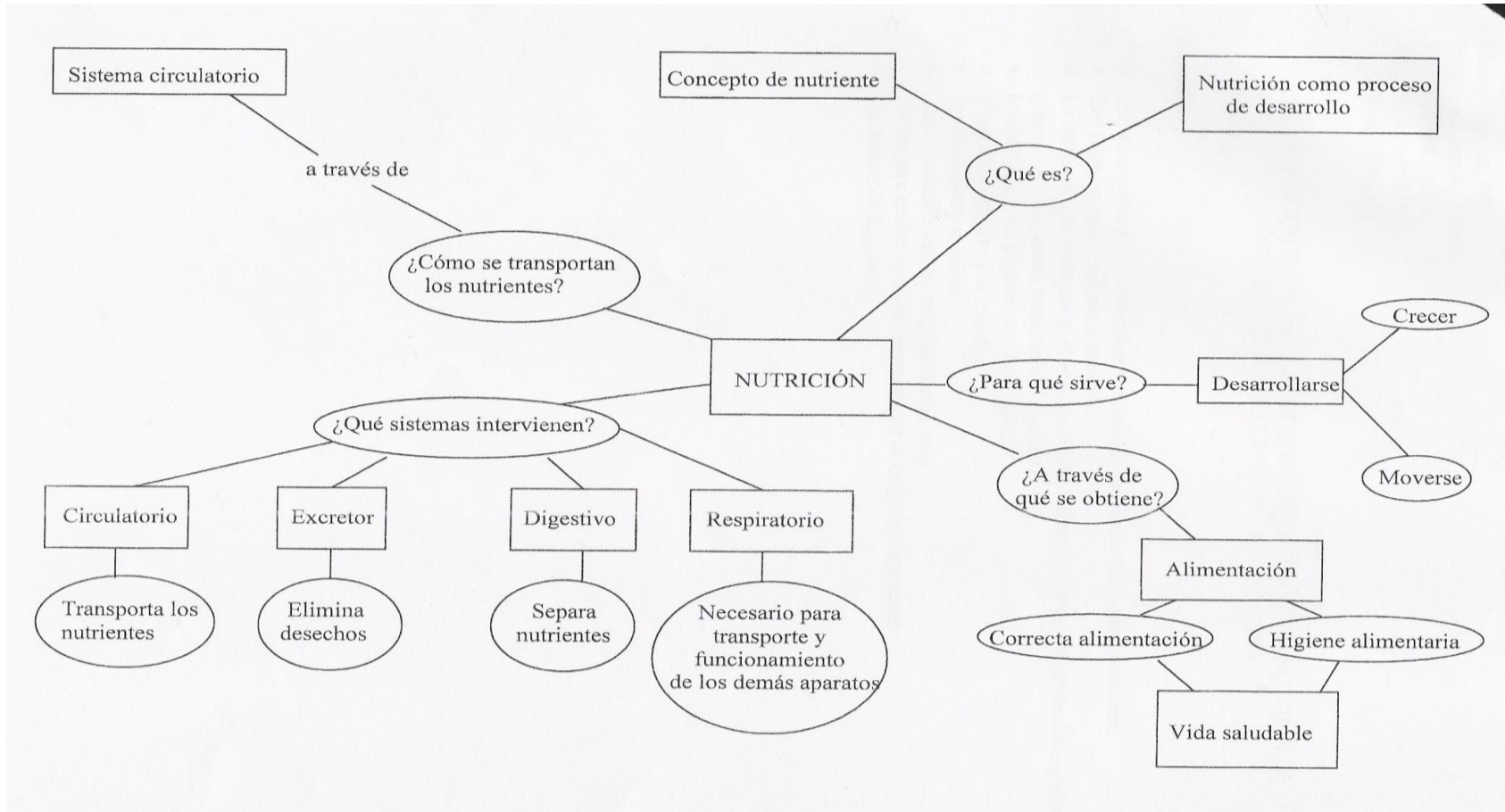
- ¿Qué transformaciones se producen en los alimentos en el proceso digestivo?

- Elabora un menú que podría servir para una dieta saludable.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 15

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



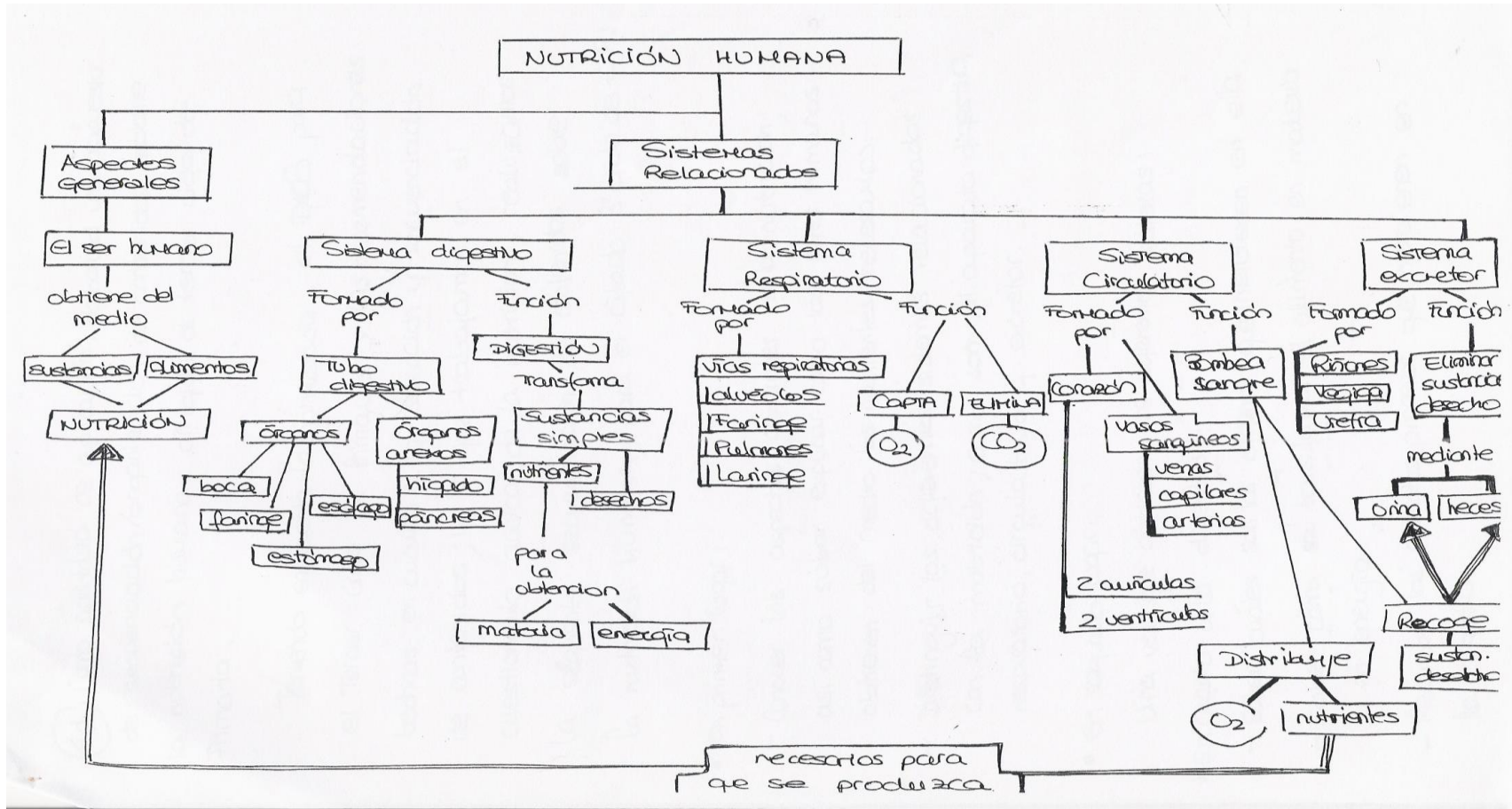
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

1. Haz un esquema con los diferentes aparatos que intervienen en la nutrición, especificando los órganos que forman cada aparato y las funciones que realizan.
2. Dibuja un cuerpo humano especificando los diferentes órganos que intervienen en todo el proceso de la nutrición humana.
3. Realiza una dieta incluyendo los alimentos necesarios para una dieta sana y equilibrada.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 16

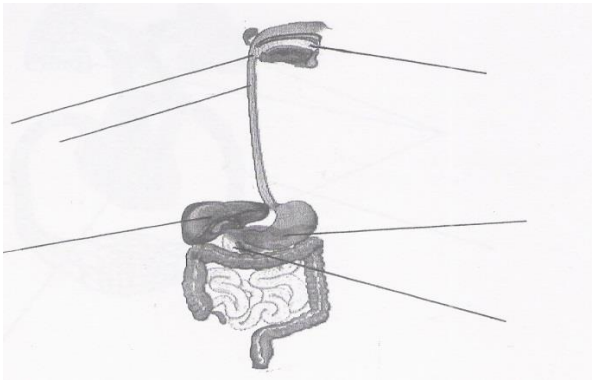
I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



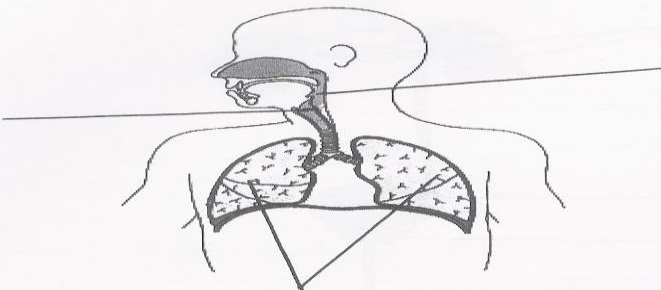
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

1. Completa los siguientes dibujos con cada una de las partes que forman los siguientes sistemas.

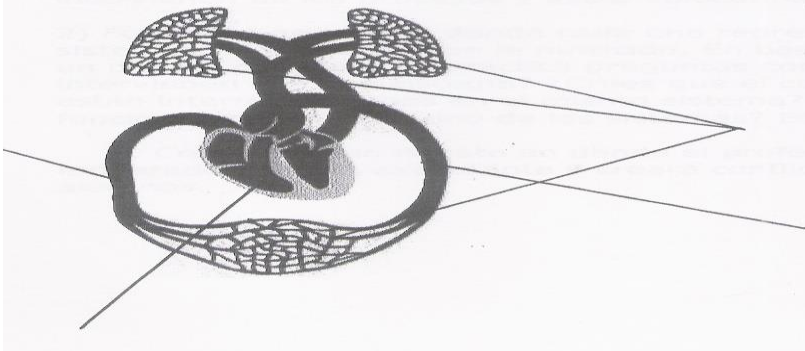
Aparato digestivo



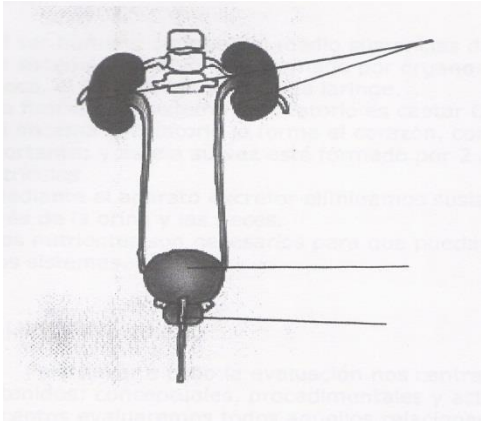
Aparato respiratorio:



Aparato circulatorio:



Aparato excretor



A partir de estos dibujos, los niños deberán poner en práctica sus conocimientos acerca de los 4 sistemas: digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor, conocer cada uno de los elementos que intervienen en los procesos y saber colocarlos correctamente.

2. Formad 4 grupos en donde cada uno representará uno de los sistemas relacionados con la nutrición. En base a esto, debéis crear un debate poniendo en práctica preguntas como: ¿qué órganos intervienen en cada sistema? ¿Crees que el corazón y los pulmones están interrelacionados en el mismo sistema? ¿Para qué sirve y qué funciones tienen cada uno de los sistemas? Etc.

Crearemos un debate en donde el profesor será un mero moderador, estará expectante y creará conflictos cognitivos en los alumnos.

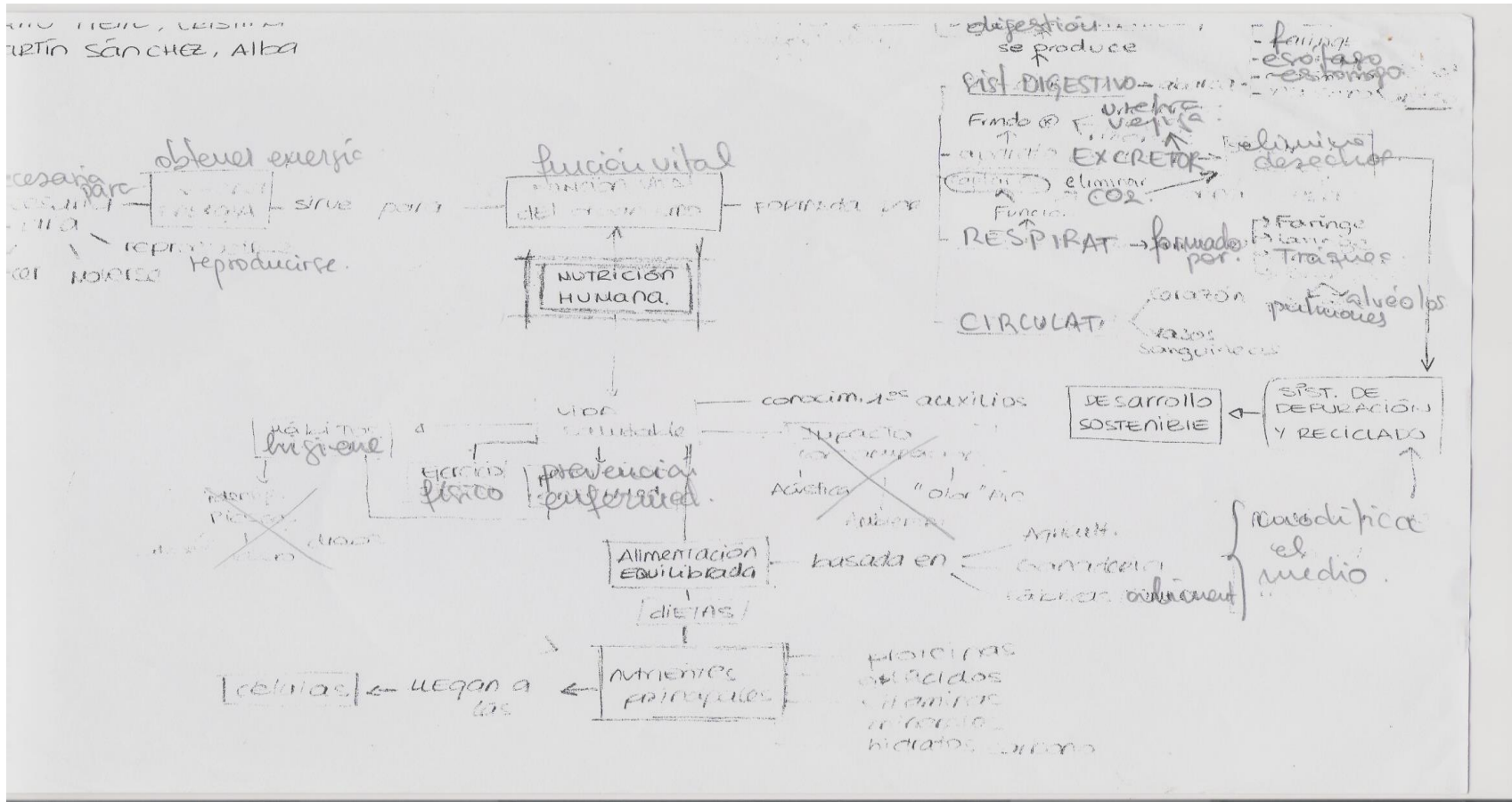
3. Contesta con verdadero o falso. En caso negativo, corrige la oración.
 - El ser humano obtiene del medio sustancias de desecho.
 - El sistema digestivo está formado por órganos como: el estómago, la boca, el hígado, las venas y la laringe.
 - La función del sistema respiratorio es captar O₂ y eliminar CO₂.

- El sistema circulatorio lo forma el corazón, como órgano más importante; y éste a su vez está formado por 2 aurículas y 4 ventrículos.
- Mediante el aparato excretor eliminamos sustancias de desecho a través de la orina y las heces.
- Los nutrientes son necesarios para que puedan funcionar todos estos sistemas.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 17

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Durante el proceso de aprendizaje iremos realizando una serie de actividades que tendremos en cuenta a la hora de evaluar estas actividades son por ejemplo la realización de ejercicios y problemas referentes a la nutrición, la realización de una monografía sobre su dieta diaria y los nutrientes que ésta les aporta.

También llevaremos a cabo la realización de un mural sobre los sistemas y aparatos del organismo que intervienen en la nutrición, análisis de un texto periodístico en el que se trate el desarrollo sostenible.

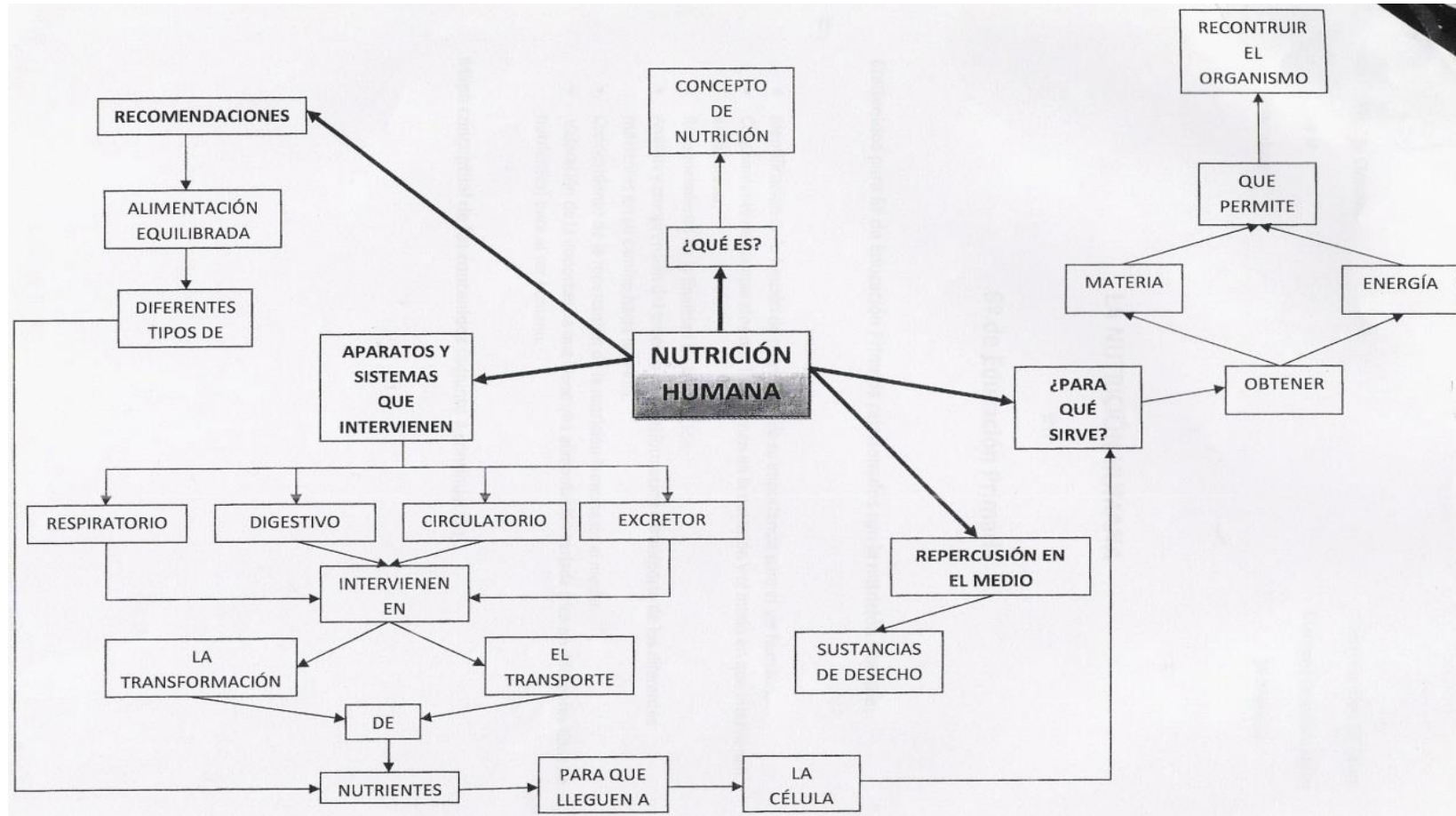
A lo largo de todo el proceso usaremos una serie de plantillas para evaluar los procedimientos y actitudes que han ido adquiriendo; para ello llevaremos a cabo una observación sistemática.

Finalmente, como evaluación final, realizaremos una prueba escrita, objetiva, individual, en la que incluiremos preguntas cortas y cuestiones abiertas para evaluar los conceptos adquiridos.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 18

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los contenidos que nos propusimos sobre el trabajo con la nutrición humana llevaríamos a cabo una serie de actividades que nos servirían de un modo más concreto para determinar lo que han adquirido los niños y niñas, además de respaldar todo el proceso con un tipo de evaluación determinado, que mencionaremos más adelante.

En primer lugar y antes de introducir al alumnado en nutrición humana de un modo más concreto, realizaríamos un debate con el que identificar todo lo que recuerdan y conocen los niños/as sobre este tipo de nutrición, su función e importancia. Trabajando de este modo algunos de los conceptos que se verán en profundidad más adelante y observando así el interés que demuestran los alumnos y alumnas, tanto en la participación como en la recopilación de información. Para ello plantearíamos las siguientes cuestiones, a las que se tendrían que ir aportando progresivamente ideas: ¿Qué recordáis de la nutrición? ¿Sabrías definir en qué consiste? ¿Conocéis los aparatos que intervienen en ella? ¿Qué ocurre con los alimentos que ingerimos a diario?

Este mismo tipo de actividad, lo llevaríamos a cabo al finalizar el tema, volviendo a plantear las mismas cuestiones y observando de este modo que nivel de adquisición de conceptos han llevado a cabo los niños/as.

En segundo lugar, y ya inmersos en el trabajo con el tema, pediríamos que individualmente identificara los aparatos que intervienen en la nutrición humana a través de una lámina en que quedase reflejada la anatomía humana y explicarían brevemente su función. Así estaríamos trabajando los aparatos que intervienen en la nutrición y el modo en que intervienen en la misma.

En tercer lugar y para trabajar el proceso de transformación y transporte de los diferentes nutrientes en su camino hacia la célula, haremos que los niños y niñas organizados en pequeños grupos elaboren un mural en el que especifiquen los pasos que debe seguir el alimento desde que lo ingerimos hasta que se transforma en nutrientes y se transporta a la célula y se expulsa al exterior lo que no sirve. Para ello podrán reflejarlo mediante un esquema o a través de un dibujo.

Finalmente, pediremos que individualmente cada alumno/a elabore durante una semana la lista de los alimentos que ingiere cada día y realice una pequeña reflexión sobre la importancia que tiene una buena alimentación variada para el ser humano.

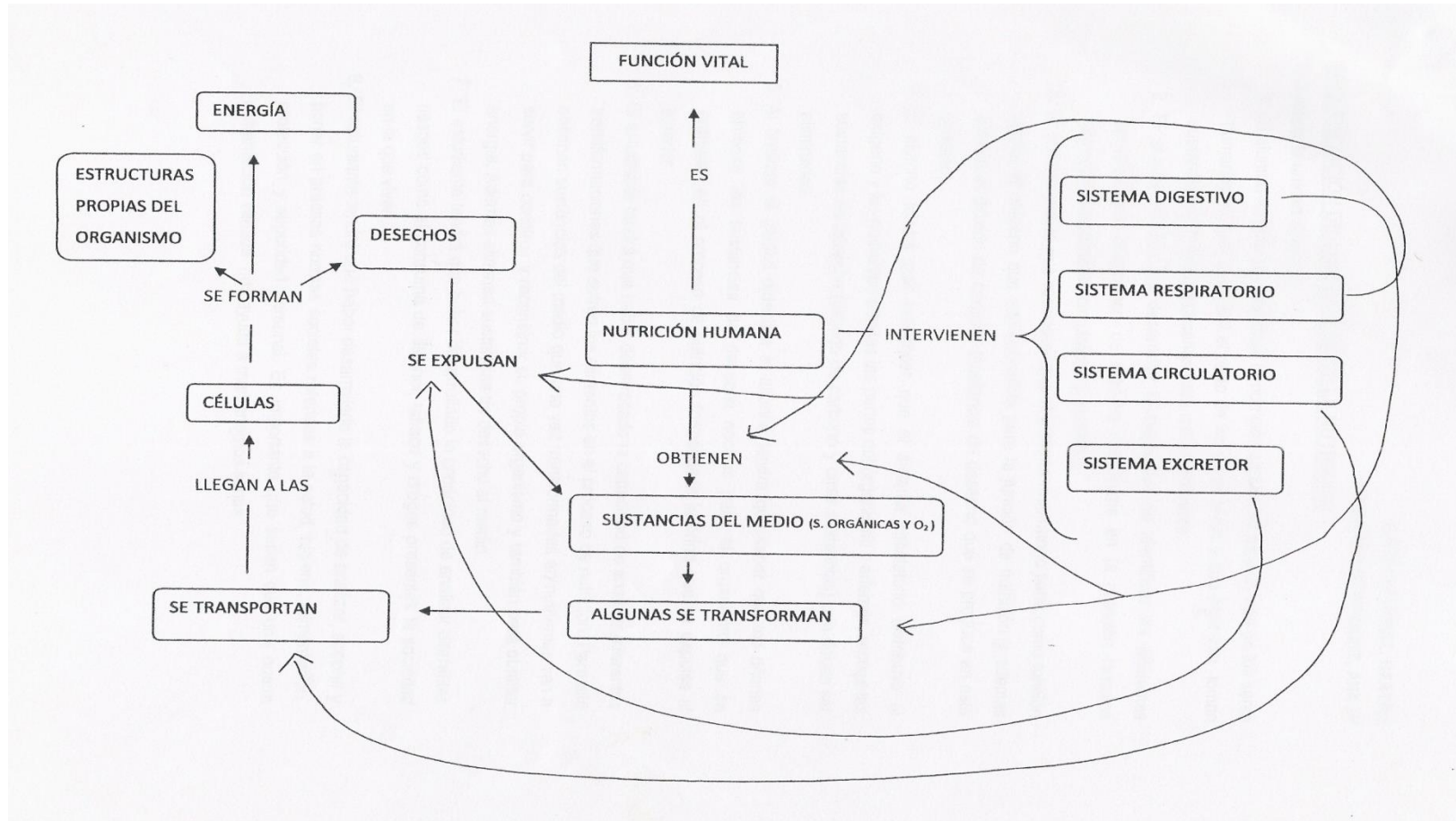
Tal y como mencionamos en un principio, respaldaremos todo este proceso de actividades tanto grupales como individuales, con una evaluación más específica a través de una escala estimativa de valoración, que realizaremos para cada alumno o alumna y que presentamos a continuación. Valorando de este modo las capacidades tanto actitudinales, como procedimentales o conceptuales.

	1	2	3	4	5
Participa voluntaria y espontáneamente					
Aporta ideas en los debates					
Muestra respeto e interés por las aportaciones ajenas					
Tiene una expresión oral adecuada					
Tiene una expresión escrita adecuada					
Relaciona sus ideas de un modo coherente					
Se implica en la elaboración de los trabajos grupales					
Realiza unos trabajos limpios y ordenados					
Muestra constancia en su trabajo					
Es claro en sus exposiciones					
Nunca, 2- Casi nunca, 3- A veces, 4- Casi siempre, 5-Siempre					

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 19

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los contenidos sobre la nutrición humana vamos a pedirles a los niños que realicen en grupos, de tres o cuatro, unos murales en los que además de incluir la explicación del proceso de nutrición en los seres humanos incluyan también contenidos más actitudinales como consumos de riesgo, normas de alimentación...

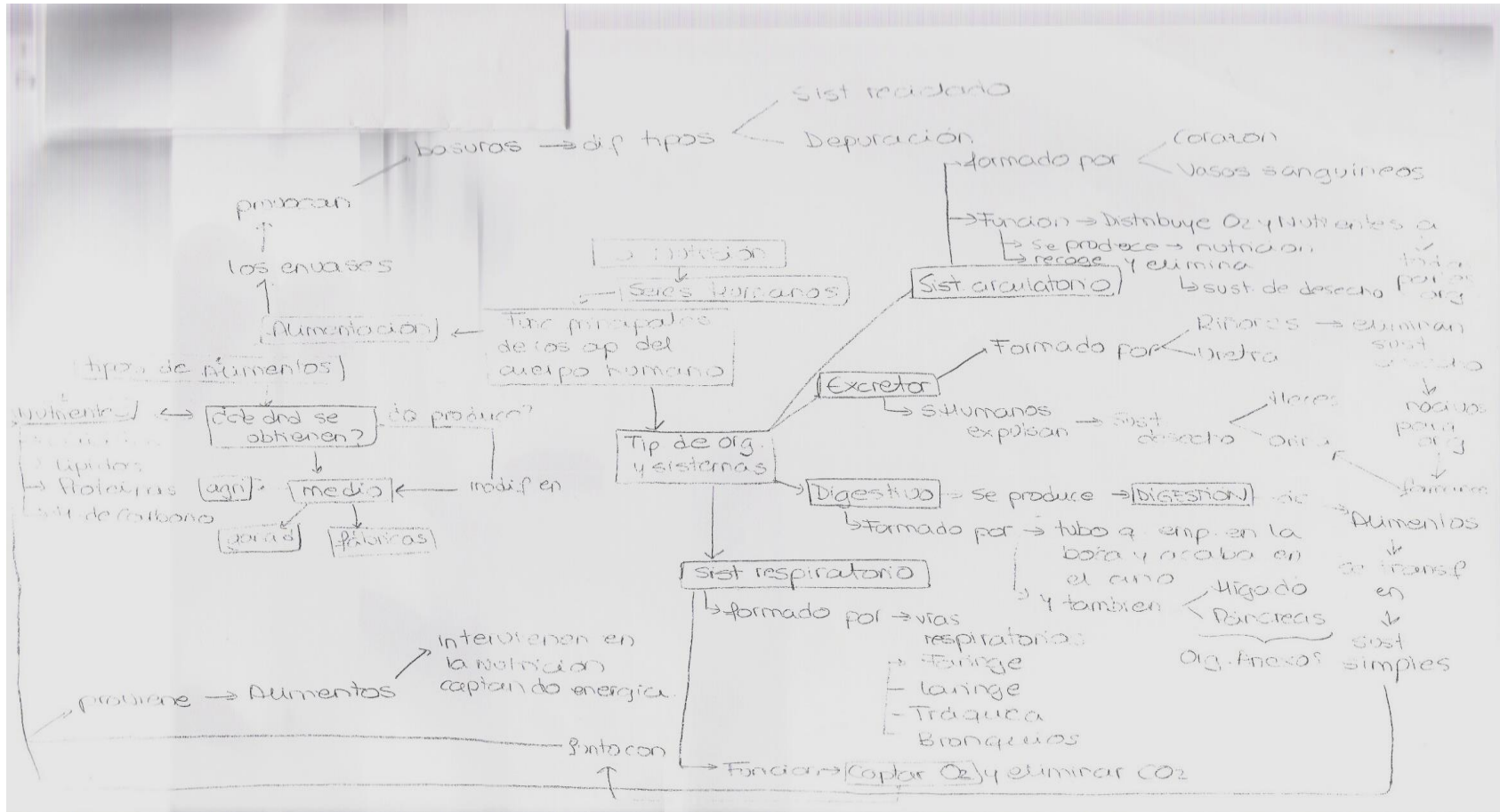
La realización de los murales se hará durante las horas de clase en las que nosotras realizaríamos la evaluación basándonos en la observación a lo largo de la actividad, para ello disponemos de la plantilla que presentamos a continuación:

	1	2	3	4	5
Identifica la nutrición como una función vital de los seres humanos					
Identifica de manera coordinada los diferentes aparatos que intervienen en la nutrición humana					
Reconoce que el sistema respiratorio tiene como función captar oxígeno y eliminar dióxido de carbono					
Reconoce que el sistema circulatorio distribuye el oxígeno y los nutrientes a todo el organismo y recoge las sustancias de desecho					
Reconoce que los riñones eliminan sustancias de desecho nocivas para el organismo					
Reconoce que el aparato excretor elimina las sustancias nocivas expulsándolas al exterior					
Ha desarrollado la capacidad de analizar las diferentes transformaciones que sufren los alimentos en el proceso de nutrición					
Analiza diferentes riesgos como el consumo de alcohol, tabaco, drogas					
Reconoce la importancia de una alimentación variada					
Muestra una actitud positiva y de respeto a sus compañeros en el trabajo en grupo					
Nunca, 2- Casi nunca, 3- A veces, 4- Casi siempre, 5-Siempre					

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 20

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



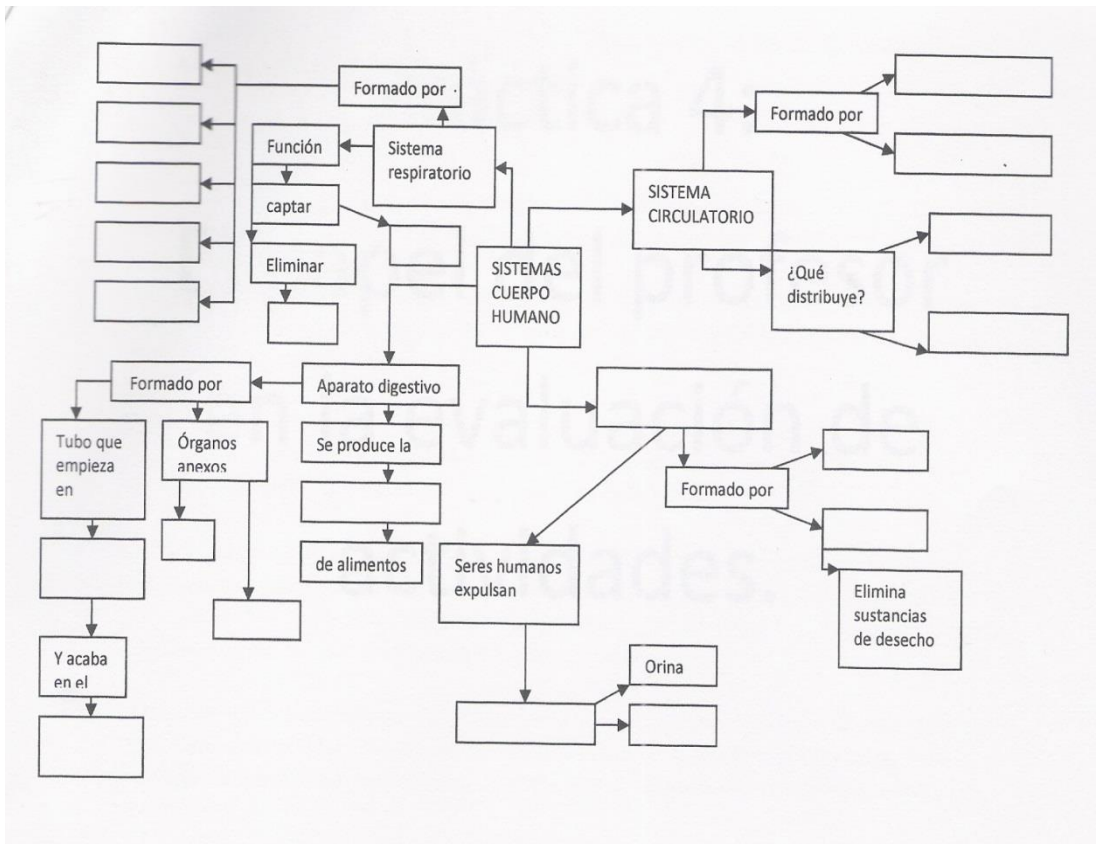
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

La prueba escrita se dividiría en cuatro preguntas de las cuales tres serían las siguientes:

1. ¿Por qué es necesario comer? ¿Qué nutrientes se encuentran en los alimentos?
2. ¿De dónde se obtienen los alimentos que consumes?
3. ¿Cuáles son los dos tipos de reutilización de las basuras?

A continuación se haría el ejercicio número cuatro que a su vez es el último del examen, constaría de un mapa conceptual con huecos en blanco que los alumnos y las alumnas tendrían que rellenar.

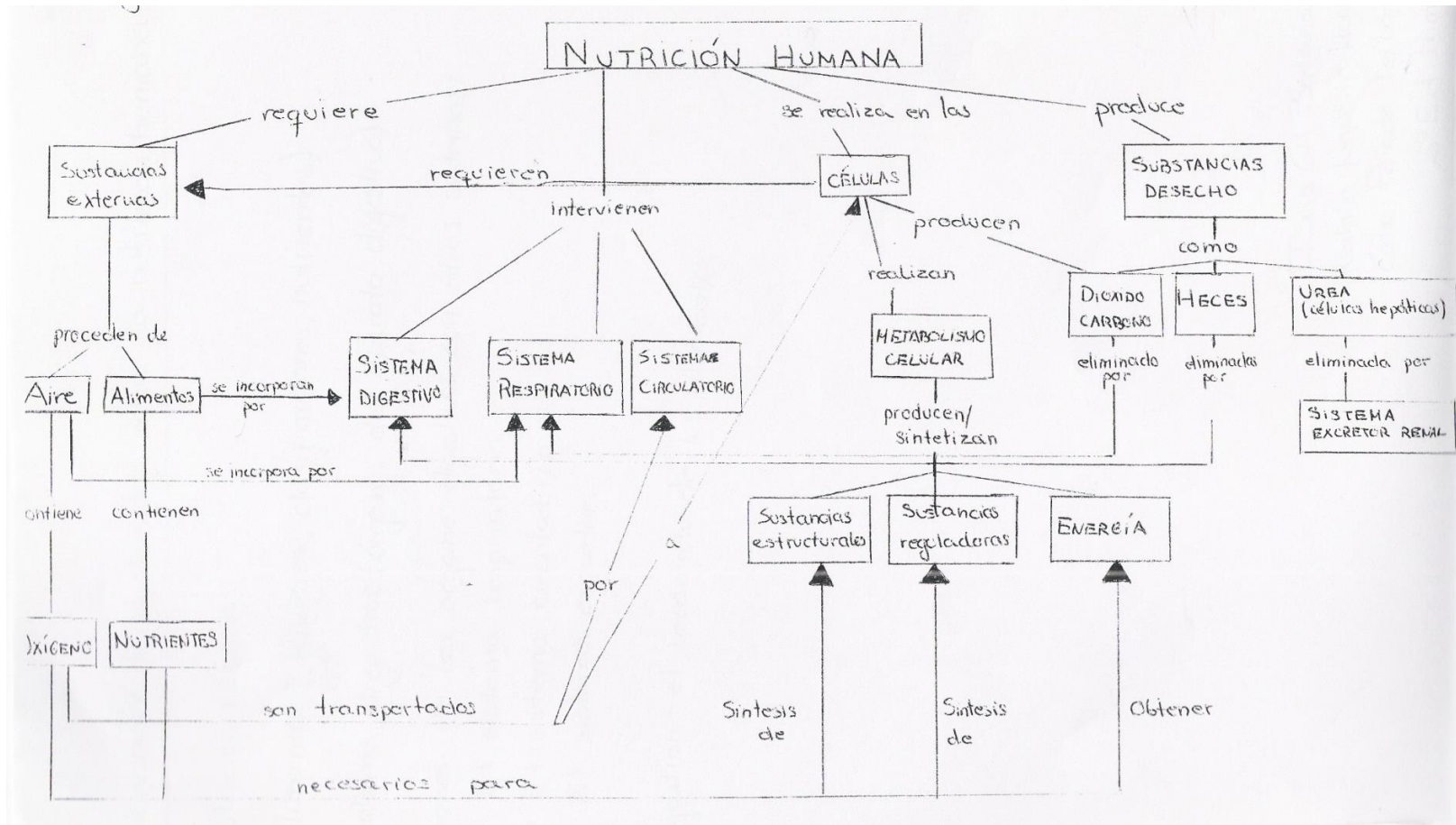
4. Rellena los huecos en blanco:



**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 21

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



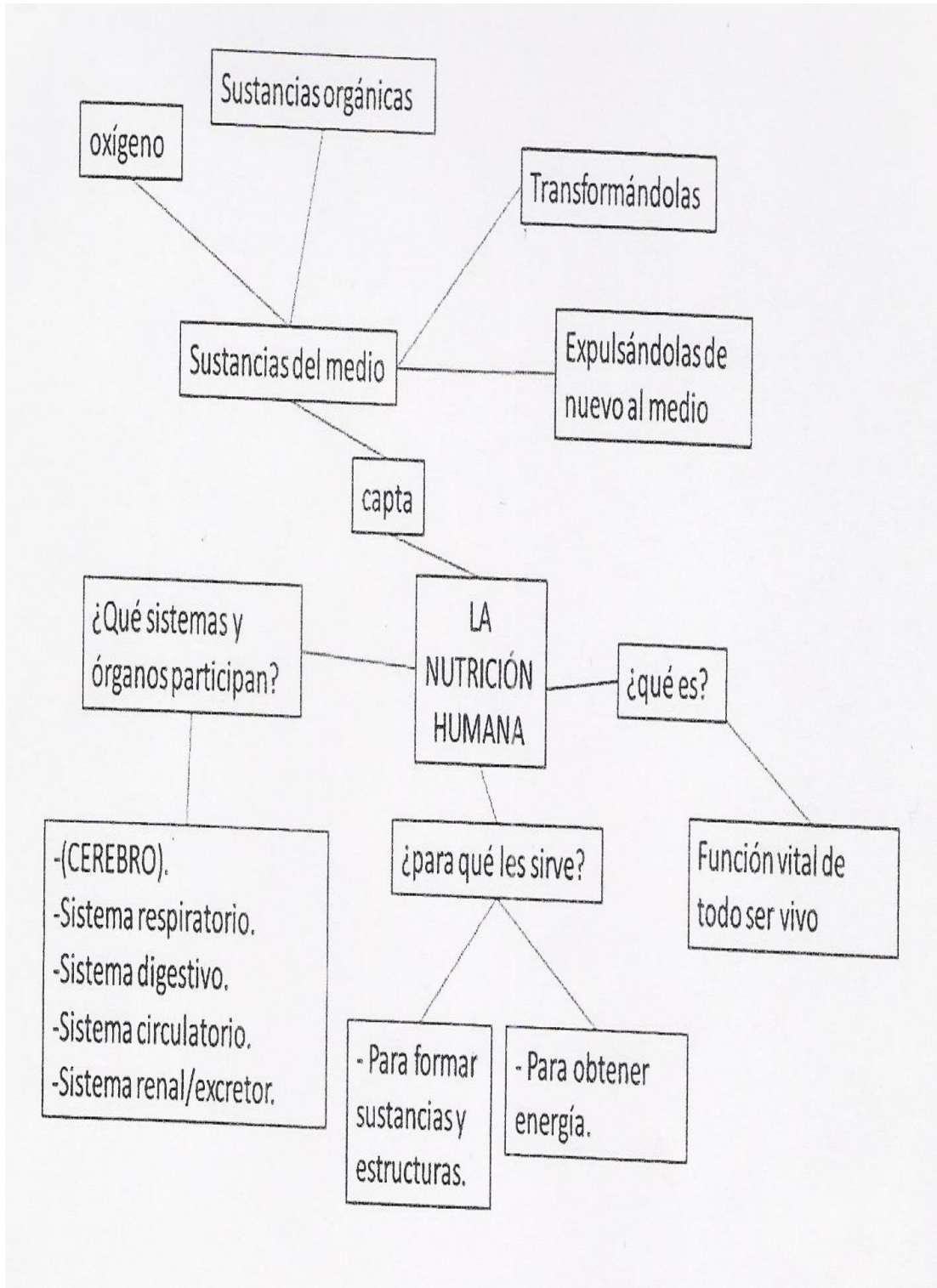
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Hacer una investigación, dividiendo la clase en tres grupos, dirigiéndose cada grupo a cada tema; uno realizará el sistema digestivo, otro el sistema respiratorio y el tercer grupo el sistema circulatorio.
- Una vez que la investigación ya esté completa para los tres grupos se hará una puesta en común.
- Durante la puesta en común se hace recogida de datos, individualmente, de lo que cada grupo explica sobre dichos temas.
- Seguidamente, con esos datos, que cada alumno ha recogido de la exposición de sus compañeros, se realizará una redacción individualmente de cada tema.
- Finalmente, evaluaríamos esas redacciones donde se puede evaluar tanto los conceptos adquiridos, los procedimientos (recogida rigurosa de datos, síntesis...argumentación de lo que entendieron sobre nutrición humana - ¿qué es?, ¿para qué?...) y actitudes respecto al interés que le han dedicado a esas actividades.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 22

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

1. Completa los huecos con las siguientes palabras: “sustancias”, “alimentos” y “energía”.

Todos los seres vivos necesitan _____, porque les dan la _____ que se necesita para moverse y crecer, y proporcionan las _____ que son necesarias para el funcionamiento del cuerpo.

2. Completa los huecos con las siguientes palabras: “alimentos”, “animales”, “medio” y “sustancias”.

Las personas, como el resto de los _____, necesitamos obtener los alimentos del _____.

Los _____ que tomamos pueden ser de origen animal o de origen vegetal.

Además de estos alimentos, las personas necesitamos otras _____, como el agua y la sal.

3. Diferencia cuáles de estos alimentos son de origen vegetal y cuáles son de origen animal: “leche”, “pasta”, “carne”, “fruta”, “pescado”, “pan”, “queso” y “verdura”.

Alimentos de origen vegetal: _____

Alimentos de origen animal: _____

4. Completa los huecos con las siguientes palabras: “beber”, “alimentos”, “nutrición”, “comer”, “orina” y “respirar”.

Para vivir, las personas necesitamos _____, _____ y _____.

También necesitamos que los _____ lleguen a todas las partes del cuerpo.

Además, eliminamos los desechos de la _____ y las heces.

Todas estas cosas forman parte de la función de la _____.

5. Completa las siguientes frases con las siguientes palabras: “aire”, “personas”, “órganos”, “animales”, “plantas” y “respiratorio”.

Todos los seres vivos (_____, _____ y _____) necesitamos respirar para captar el _____ del _____.

6. Completa las siguientes afirmaciones con las siguientes palabras: “espiración”, “respiración”, “inspiración” y “movimientos”.

La _____ se realiza mediante dos _____.

La _____ es la entrada de aire a los pulmones, que se hinchan.

La _____ es la salida del aire de los pulmones, que se deshinchan.

7. Indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas:

V o F: El esófago es un tubo que une la boca con el intestino.

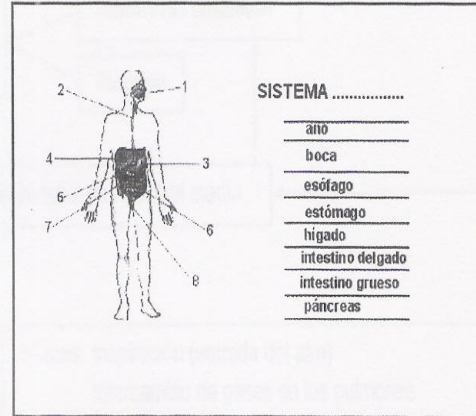
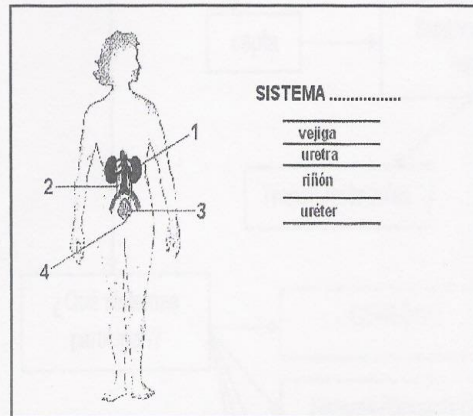
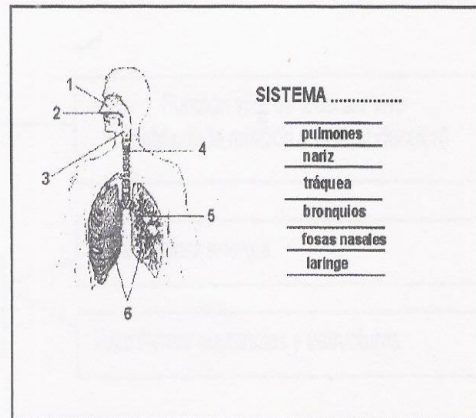
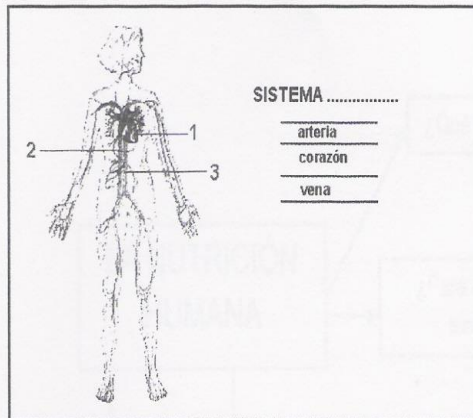
V o F: Las personas podemos respirar por la nariz y por la boca, pero es mejor hacerlo siempre por la nariz, porque:

V o F: - en las fosas nasales hay unos pelillos que limpian el aire del polvo;

V o F: cuando el aire entra por la nariz se calienta y humedece menos que cuando entra por la boca.

V o F: El corazón late más deprisa cuando andamos que cuando corremos.

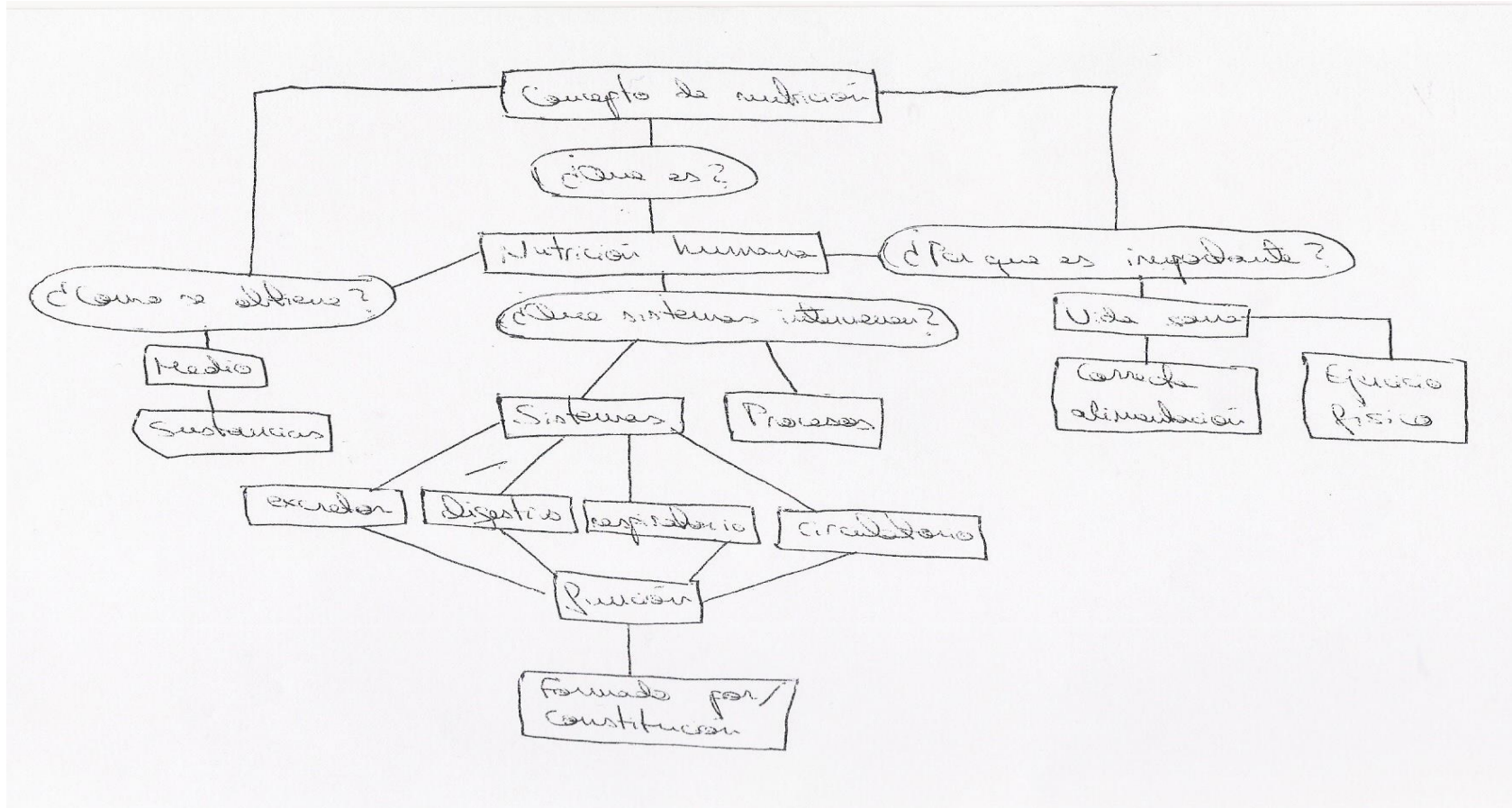
8. Localiza cada órgano y escribe el número que le corresponde al lado, y completa el nombre de cada sistema.



**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

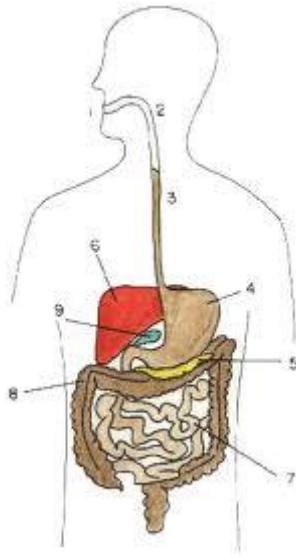
GRUPO DE PROFESORES/AS: 23

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- *Completa los nombres de los órganos indicados por las flechas*



- *Explica la función de dichos órganos en el proceso de la nutrición.*
- *Además del aparato digestivo, qué otros sistemas o aparatos participan en la nutrición.*
- *Explica el proceso de la obtención de energía y el de excreción.*
- *Completa la siguiente frase:*

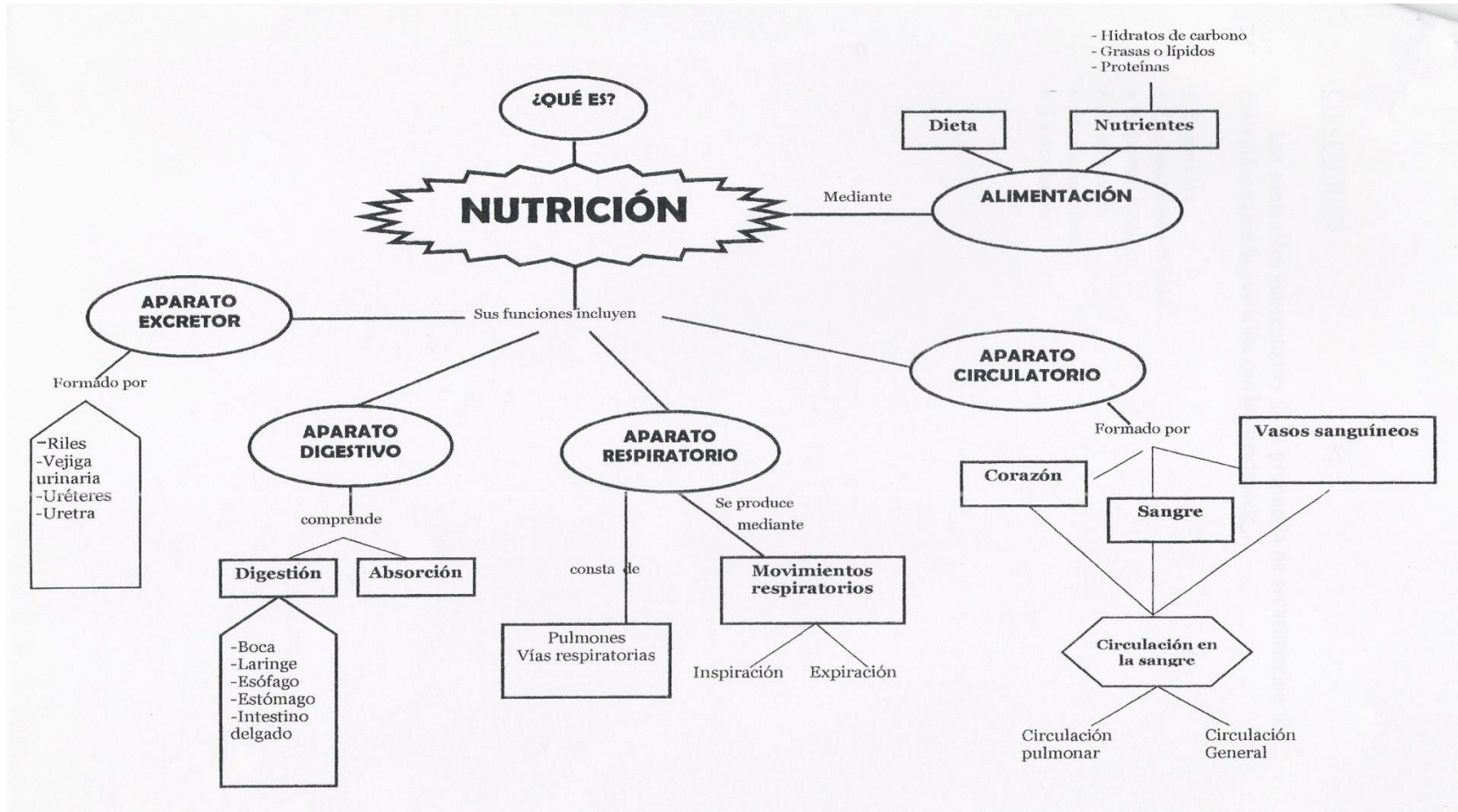
La nutrición es el proceso biológico en el que se asimilar los _____ y los _____ necesarios para funcionamiento, el _____ y el mantenimiento de las _____.

- *Cita 3 fuentes de donde podemos obtener alimentos.*

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 24

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los contenidos seleccionados sobre nutrición humana, nosotros propondríamos a los alumnos que por grupos realizasen un pequeño resumen donde plasmaran lo más importante del tema (¿En qué consiste la nutrición?, órganos que intervienen en la nutrición...).

De este modo, el profesor podría ver si los alumnos han entendido el tema y si son capaces de seleccionar los contenidos más importantes de un tema.

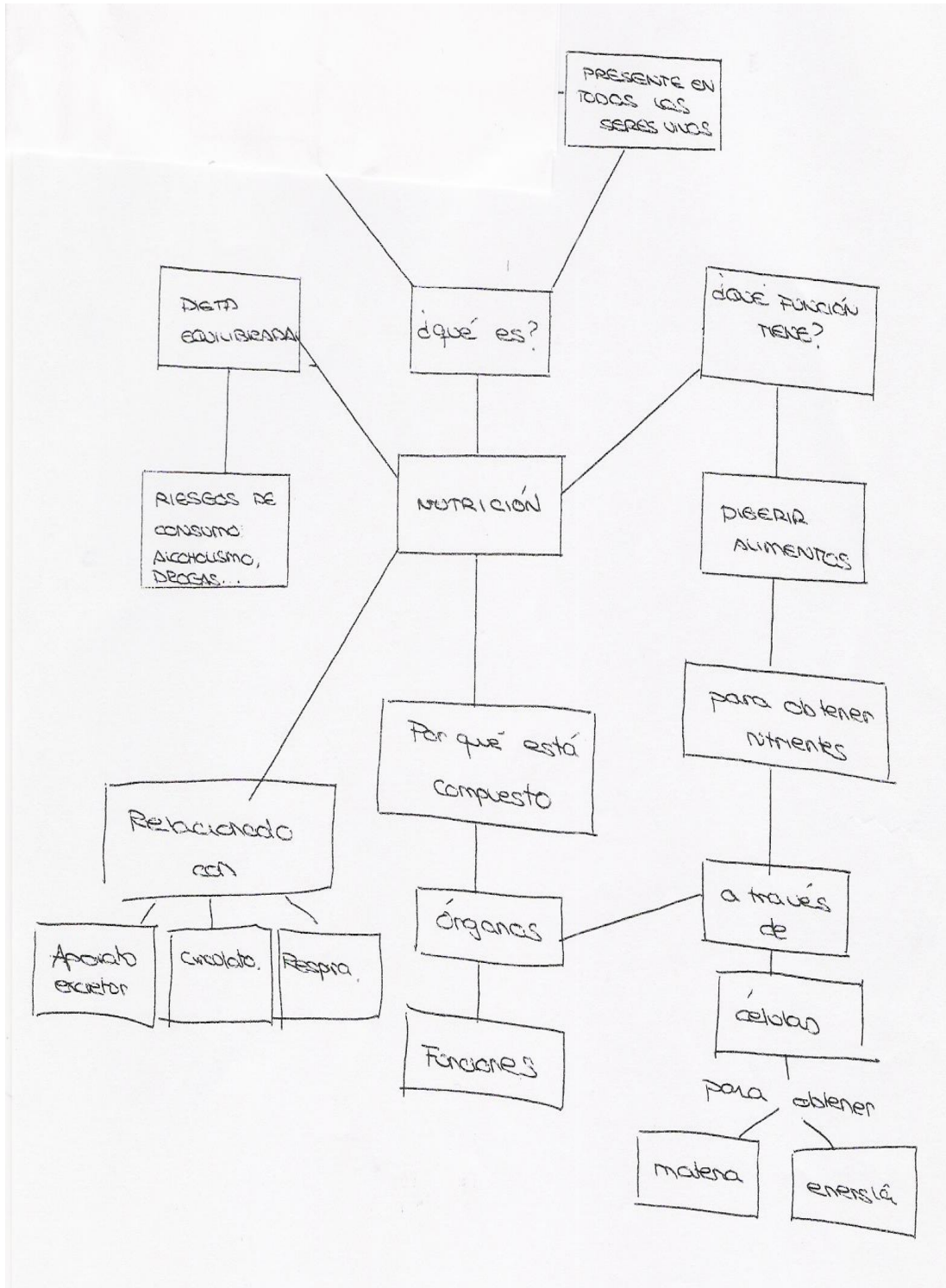
Con este resumen pretendemos evaluar conceptos y procedimientos y para la evaluación de las actitudes, utilizaríamos una lista de control donde apuntaríamos las actitudes que tienen los alumnos hacia el tema.

Queremos resaltar que no sólo basaríamos nuestra evaluación en el resumen si no que durante todo el proceso iríamos viendo lo que hacen los alumnos y esto lo tendríamos también en cuenta en nuestra evaluación.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 25

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

Cuando bebemos, ¿nos estamos nutriendo?

Di si nos estamos nutriendo o no, en cada caso.

- Al comer un bollicao.
- Al respirar.
- Al beber zumo de naranja.
- Al comer un plato de lentejas.
- Al beber coca-cola.

¿Qué sistemas intervienen en la nutrición?

¿Qué aspectos de los siguientes influyen en la nutrición?

- Una buena alimentación.
- Una fábrica situada al lado de nuestra casa.
- Hacer deporte.
- Comer siempre Donuts a la comida.

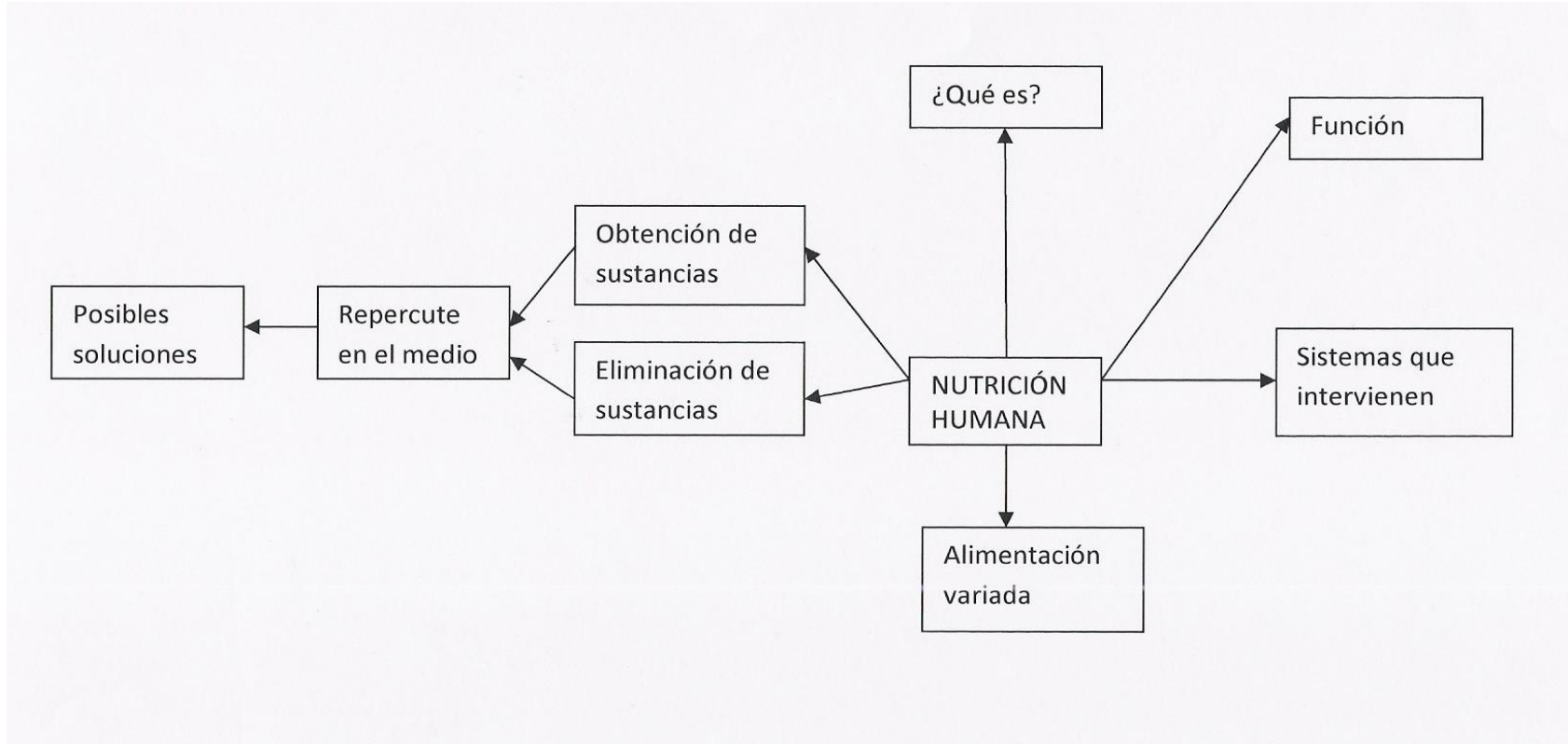
Si tú fueras un médico, ¿qué recomendarías a un paciente que está mal nutrido?

Realiza de nuevo la actividad número 1 y observa en qué medida tus ideas has cambiado y por qué.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 26

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



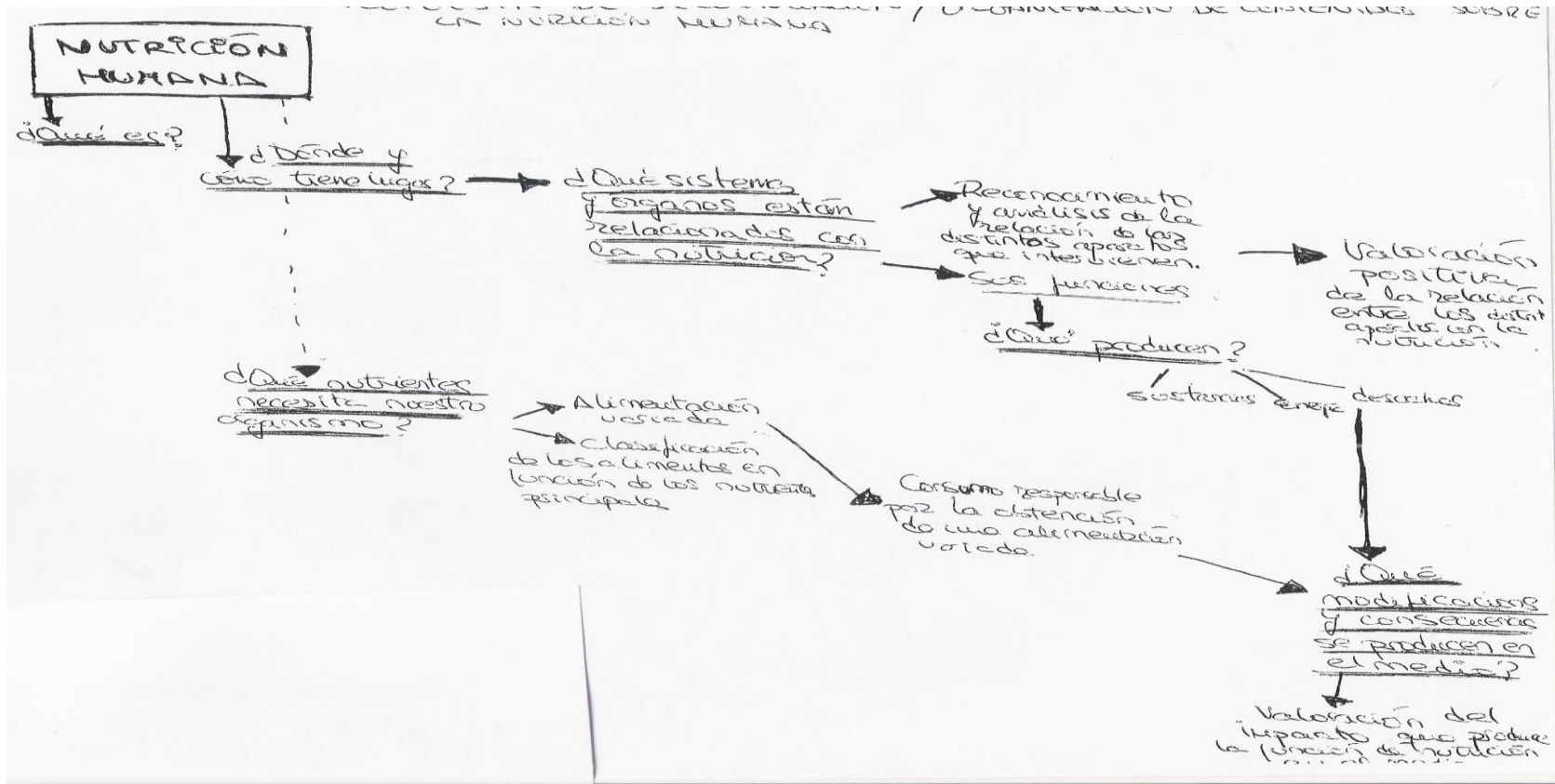
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Explica el proceso que ocurre en nuestro cuerpo desde que tomamos un alimento hasta que lo expulsamos
- ¿Cómo solucionarías los problemas que surgen en el medio como consecuencia de la obtención y eliminación de sustancias al mismo?

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

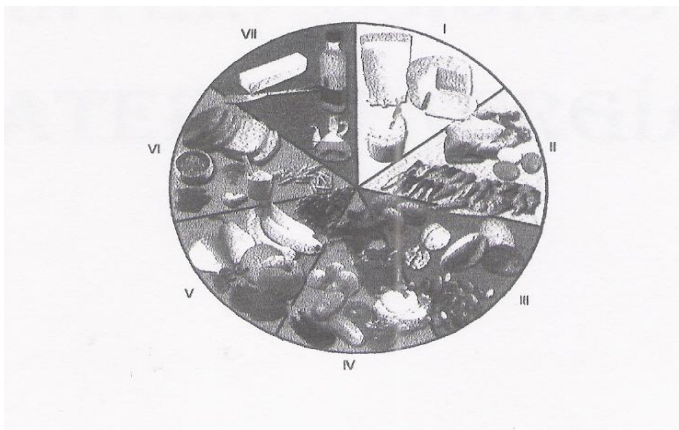
GRUPO DE PROFESORES/AS: 27

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

1. ¿Qué entiendes por nutrición? ¿Cuáles son los aparatos que forman parte de la nutrición?
2. Realiza un esquema en donde podemos ver las relaciones que existen entre los distintos sistemas/aparatos (digestivo, respiratorio...), contestando a las siguientes preguntas: ¿Qué función tienen?, ¿Qué se produce?...
3. Explica cuál es la diferencia que hay entre un alimento y un nutriente.
4. Fíjate en la imagen siguiente y en función de los nutrientes mayoritarios, clasifícalos.

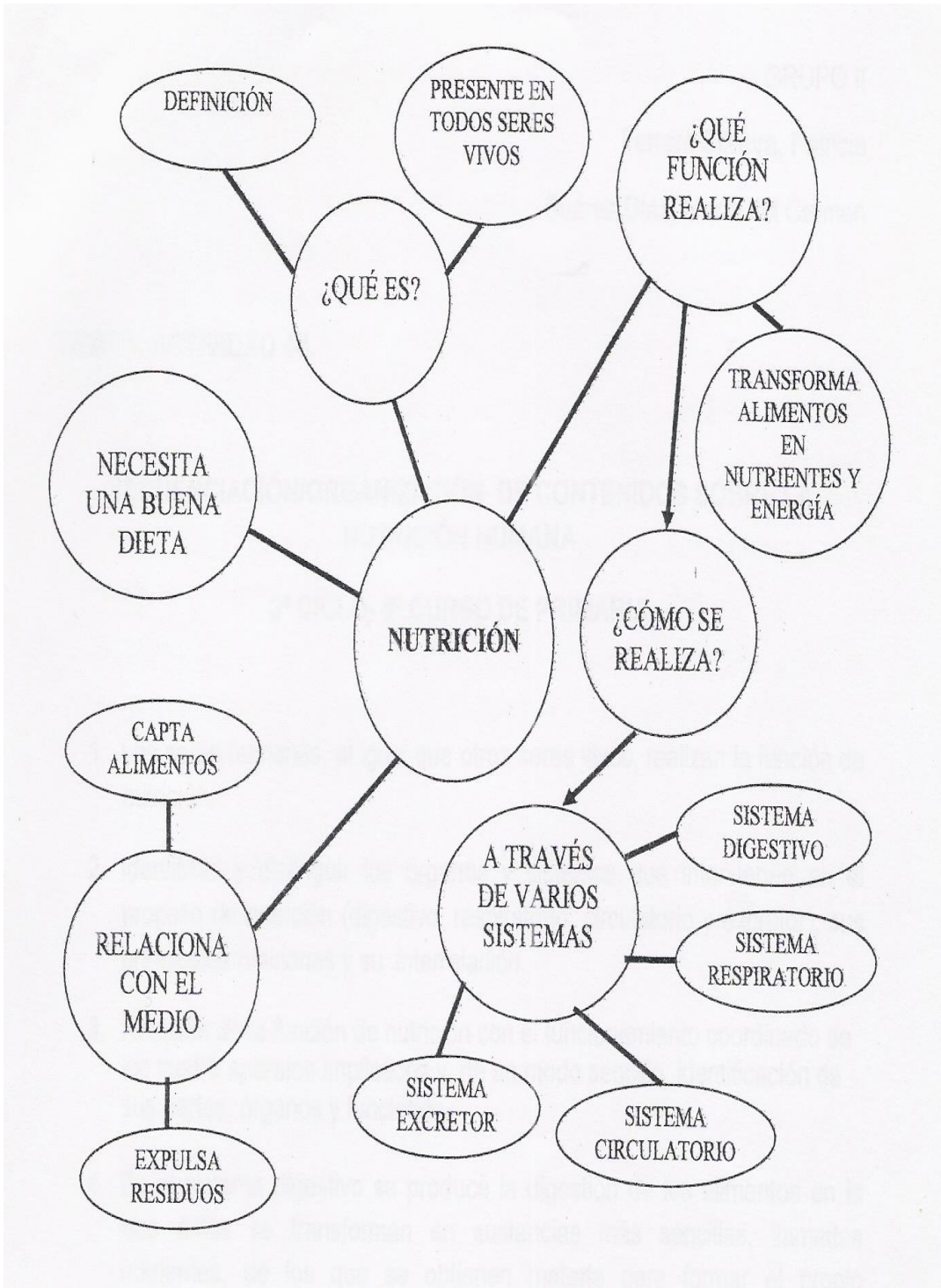


5. ¿Qué cambios se producen en el medio? ¿Por qué?
6. Realiza una lista con los alimentos que debemos comer para una alimentación variada.

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 28

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



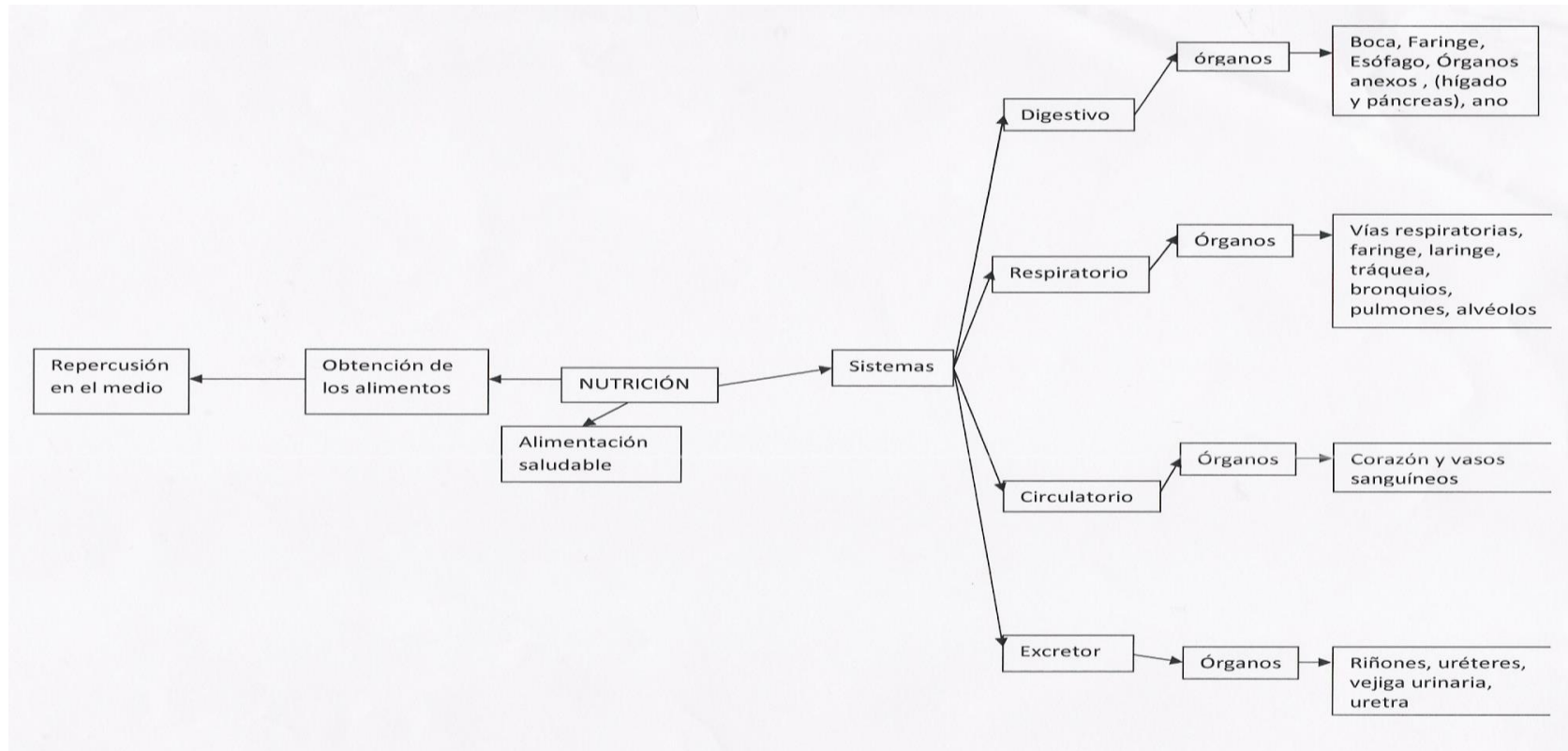
II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Explica el funcionamiento del sistema digestivo
- Elabora una dieta saludable. Compárala con la de un niño del tercer mundo

**LA NUTRICIÓN HUMANA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA
DESDE LA PERSPECTIVA DEL PROFESORADO EN FORMACIÓN**

GRUPO DE PROFESORES/AS: 29

I) MAPA CONCEPTUAL SOBRE NUTRICIÓN HUMANA



II) CUESTIONES DE EVALUACIÓN

- Identificar los sistemas y órganos que intervienen en la nutrición humana
- ¿En qué consiste llevar una alimentación saludable?
- ¿Qué repercusión produce la obtención de alimentos?