

"Aliméntate Ben" Plan Proxecta de innovación educativa

15 de Xuño de 2022

Tempo estimado de lectura: 4 min

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



Esta iniciativa preséntase como unha estratexia didáctica, no ámbito da Comunidade Autónoma de Galicia, con convocatoria pública aberta para **todos os centros escolares públicos e concertados**.

O proxecto **Aliméntate Ben!** parte da estratexia educativa do "**Plan de acción para a prevención do sobrepeso e a obesidade**" (**Plan Obesidade Zero en Galicia**), da Dirección Xeral de Saúde Pública, e canalízase na escola a través do **Plan Proxecta de innovación educativa**, da consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades.

O proxecto divídese en varias modalidades para os distintos niveis educativos, dende educación infantil ata bacharelato e/o formación profesional, e teñen como obxectivo traballar todas as dimensións da alimentación dunha maneira integral e transversal e respondendo á necesidade de que o alumnado adquira e consolide hábitos alimentarios adecuados para facer eleccións saudables no futuro.

As modalidades adáptanse ás etapas de crecemento nas que se atopa o alumnado.

Modalidade Nutriescolas 0 y Nutriescolas 1

Enfocadas á **educación infantil** e á **educación primaria** respectivamente, pretenden que o alumnado adquira hábitos saudables mediante catas e manipulación de alimentos, estimulación sensorial e o desenvolvemento das emocións correspondentes á alimentación. Tentarase tamén espertar o interese polo coñecemento da súa contorna.

Modalidade Nutriescolas 2

Destinada á **educación secundaria**, é un **proxecto de investigación-acción educativa**. Ao finalizar o curso, os escolares serán capaces de facer eleccións alimentarias saudables por medio de decisións ben informadas, incluído a análise crítica das estratexias publicitarias na promoción e venda de alimentos.

O alumnado deberá construír o seu propio campo de coñecemento e formar a súa opinión por medio do seu traballo de investigación, do debate cos seus compañeiros e co profesorado.

Modalidade Cociñando con saúde

Destinada á formación profesional, busca que o alumnado consiga **competencias e habilidades básicas para a súa futura actividade laboral**, adaptando os seus coñecementos á crecente demanda das tendencias dos consumidores actuais, vinculadas a integrar a saúde, a gastronomía e as artes culinarias no campo da restauración.



Recursos complementarios

Unha vez elixido o proxecto máis axeitado ás necesidades educativas do alumnado, póñense ao dispor do profesorado outros recursos opcionais co fin de complementar o proceso educativo, para a promoción de alimentos e para dar a coñecer as múltiples virtudes das conservas do mar:

- Froita e leite na escola – coordinado pola Consellería de Medio Rural
- Ti sí que es un bo peixe – coordinado pola Consellería do Mar
- Fai click no teu bocata – coordinado pola Consellería do Mar

Ademais, por medio do recurso Máis alá do prato, coordinado pola cooperativa Somos Terra, os escolares poderán **analizar o sistema alimentario**, estudando as fases de produción, comercialización, consumo... e a pegada ecolóxica que levan consigo cada unha delas, **poñendo en valor o comercio e a produción local**.

Por último, ofrécense charlas formativas sobre a **prevención, identificación e manexo dos trastornos da conduta alimentaria** desde as aulas destinadas ao persoal docente.