

## JORNADA LÚDICA BENASQUE

### Objetivos:

#### Objetivo General:

- Promover un cambio de conducta para adquirir hábitos saludables de alimentación y actividad física en alumnos de educación primaria.

#### Objetivos específicos:

- Mostrar buenos hábitos alimentarios y la importancia de llevar una alimentación equilibrada y realizar actividad física para la salud.
- Dar a conocer la filosofía de SlowFood en la Ribagorza y promocionar la producción local, las tradiciones alimentarias y la importancia de potenciarlas.
- Motivar la adquisición de hábitos saludables, para que se lleven a la práctica y perduren en el tiempo.

### Actividades:

1. ACTIVIDAD SENSORIAL “un sinfín de alimentos”, dirigida por M<sup>a</sup>José Sánchez
2. ACTIVIDAD EMOCIONAL “el juego de las emociones”, dirigida por Verónica Castellón
3. CUENTACUENTOS “el misterioso caso de las tres epidemias”, dirigida por Marta Alcántara

### Metodología:

Los alumnos de Cerler serán recogidos a las 9.00 de la mañana para llegar al colegio de Benasque a las 9.30 horas

Empresa del servicio de transporte: Pirineos 3000

Las actividades se desarrollarán simultáneamente en tres espacios del centro escolar o solicitando algún espacio municipal que reúna condiciones para desarrollar la actividad o las tres actividades. A concretar con la escuela.

1. ACTIVIDAD SENSORIAL “un sinfín de alimentos”: recorrido de 5 pruebas relacionadas con los 5 sentidos que motivan el aprendizaje de hábitos saludables.  
Necesidades: zona amplia (patio del recreo, pista deportiva...) donde poder correr y realizar juegos tipo gincana, mesas y sillas.
2. ACTIVIDAD EMOCIONAL “el juego de las emociones”: salas diáfnas o polideportivo donde poder realizar juegos de expresión de emociones y relajación.
3. CUENTACUENTOS “El misterioso caso de las tres epidemias” : sala con proyector para albergar a todos los alumnos ( divididos en grupos) sentados.

### Evaluación:

Tras realizar las 3 actividades realizarán una evaluación de las mismas. Cada grupo creado para la actividad sensorial dispondrá de una hoja con una diana y gomets de colores, para valorar las 3 actividades y la jornada en general.

Los horarios previstos para las actividades :

- 9:30 a 10:00h. Llegada de alumnos y realización de los grupos.
- 10:00 a 11:30h. ACTIVIDAD 1.
- 11:30 a 12:00h. Desayuno (Fruta)
- 12:00 a 13:30h. ACTIVIDAD 2.
- 13:30 a 15:00h. Comida y tiempo libre
- 15:00 a 16:30h. ACTIVIDAD 3.
- 16:30 a 16:45h. Evaluación y despedida

Dividir a los alum@s en cuatro grupos por ciclos (aunque los grupos sean heterogéneos en cuanto a número de alumnos, el criterio a seguir es el ciclo formativo).

A cada grupo se le asignará un orden de las pruebas, para establecer la rotación. Se llamarán: Estos grupos ya estarán hechos por el colegio ( tres grupos de 60 alumnos aprox)

SLOW 1  
SLOW 2  
SLOW 3

Dividiremos el grupo SLOW en 5 grupos . A cada subgrupo se le asignará un color para diferenciarlos (slow rojo, slow naranja, slow amarillo, slow azul y slow verde)

ACTIVIDAD PARA LOS ALUMN@S ( SLOW 1):

- 10.00 a 11.30h: CUENTACUENTOS: "El misterioso caso de las tres epidemias"
- 11.30 a 12.00h: Desayuno ( Fruta)
- 12.00 a 13.30h: ACTIVIDAD SENSORIAL: "Un sinfín de alimentos"
- 13.30 a 15.00h: Comida y tiempo libre.
- 15.00 a 16.30h: ACTIVIDAD EMOCIONAL: "El juego de las emociones"
- 16.30 a 16.15h. Evaluación y despedida.

ACTIVIDAD PARA LOS ALUMN@S ( SLOW 2):

- 10.00 a 11.30h: ACTIVIDAD EMOCIONAL: “El juego de las emociones “
- 11.30 a 12.00h: Desayuno ( Fruta)
- 12.00 a 13.30h: CUENTACUENTOS:”El misterioso caso de las tres epidemias”
- 13.30 a 15.00h: Comida y tiempo libre.
- 15.00 a 16.30h: ACTIVIDAD SENSORIAL: “Un sinfín de alimentos”
- 16.30 a 16.45h.Evaluación y despedida.

ACTIVIDAD PARA LOS ALUMN@S ( SLOW 3):

- 10.00 a 11.30h: ACTIVIDAD SENSORIAL: “Un sinfín de alimentos”
- 11.30 a 12.00h: Desayuno ( Fruta)
- 12.00 a 13.30h: ACTIVIDAD EMOCIONAL: “El juego de las emociones
- 13.30 a 15.00h: Comida y tiempo libre.
- 15.00 a 16.30h: CUENTACUENTOS:”El misterioso caso de las tres epidemias”
- 16.30 a 16.45h.Evaluación y despedida.