



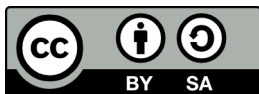
A PATRULLA DA SAÚDE

GUÍA DIDÁCTICA

Obxectivos educativos, aspectos curriculares, metodoloxía e
orientacións didácticas, actividades que se propoñen e recursos
de avaliación

TÍTULO: A PATRULLA DA SAÚDE, GUÍA DIDÁCTICA
AUTOR: FRANCISCO JAUREGUIZAR ORTIZ DE ZARATE

Este traballo foi realizado no ano 2017 durante unha licenza retribuída pola Consellería de Cultura, Educación e Ordenación Universitaria da Xunta de Galicia.



Esta obra ten unha licenza Creative Commons [Atribución-Compartir igual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
Imaxe de cuberta: *A patrulla da saúde*, obra do autor

A Patrulla da Saúde

Guía didáctica

Motivación deste Recurso Educativo

Este Recurso Educativo xurde ao abeiro da «Orde do 7 de xuño de 2016 pola que se convocan licenzas por formación para o curso 2016/17 destinadas ao funcionariado docente non universitario e se aproban as bases de concesión».

A proposta de «A Patrulla da Saúde» parte da observación de que, en moitos casos, os adolescentes amosan pouco interese polo coidado da propia saúde, xa sexa por falta de información ou por falta de motivación. O que se busca con este proxecto é concienciar ao alumnado sobre os beneficios dos hábitos de vida saudables, a través da práctica da **actividade física** e dunha axeitada **alimentación**, e motivalos a practicar e difundir eses hábitos saudables, mediante actividades nas que os estudantes se convertan en protagonistas do proceso de aprendizaxe, e o docente adopte o rol de guía que os acompañe nese proceso.

O Recurso deséñase para que os estudantes consigan aprender e adquirir os coñecementos que se pretende, concretados nos estándares de aprendizaxe, e poñer en xogo as competencias clave. A avaliación deséñase para que docente e alumnos avalíen tres aspectos: o resultado final do proxecto, as tarefas intermedias e a actividade dos alumnos na aula. O obxectivo é mellorar e enriquecer a aprendizaxe, ademais de cualificar.

Este Recurso Educativo está formado por dúas misións diferentes cuxo tema principal é, respectivamente, a Actividade Física e a Alimentación saudable. A totalidade das tarefas farase en equipo.

Materias e cursos aos que se dirixe

Materias ás que se dirixe:

- PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SAUDABLES
- EDUCACIÓN PLÁSTICA, VISUAL E AUDIOVISUAL

Nivel ao que se dirixe:

- PRIMEIRO CURSO DE E.S.O.

O Recurso Educativo prantéxase para a súa utilización nas materias de PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SAUDABLES (PEVS) e EDUCACIÓN PLÁSTICA, VISUAL E AUDIOVISUAL (EPVA). Os contidos poderían ser empregados tanto en Primeiro como en Segundo curso da ESO, tendo en conta que a materia PEVS pode ser impartida (a elección dos centros educativos nos que se implante) en calquera deses dous niveis. Sen embargo, o nivel para o que se deseña e recomenda é PRIMEIRO curso de ESO, xa que varias das actividades que se propoñen (carteis, infografías) se realizarán na aula de EPVA, materia que só se imparte en Primeiro Curso. O deseño da proposta, dividindo cada proxecto en tarefas, permite a realización das tarefas nunha ou noutra materia, xa que se trata dunha proposta multidisciplinar. Tamén hai contidos que serían adecuados para ser tratados na materia de Educación Física.

Obxectivos educativos

O punto de partida para deseñar este proxecto foi a elección de competencias, contidos e aprendizaxes das materias de Promoción de Estilos de Vida Saudables (PEVS) e Educación Plástica, Visual e Audiovisual (EPVA) que debe adquirir o noso alumnado. A elección ten en conta o curso para o que se crea o contido (1.º de ESO) e os elementos que se traballan nos recursos e propostas vinculadas ao proxecto.

- **CONTIDOS DE PEVS**

- ✓ Actividade física como hábito de vida saudable: como, cando, onde, canta e por que.
- ✓ Plans e estratexias para o incremento da actividade física diaria e para a redución dos períodos de inactividade.
- ✓ Organización e promoción da práctica de actividade física diaria.
- ✓ Alimentación como hábito de vida saudable. Beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta.
- ✓ Deseño de propostas dietéticas sinxelas.
- ✓ Estratexias para a selección de alimentos e bebidas.

- **CONTIDOS DE EPVA**

- ✓ Elementos de expresión plástica: liña, textura e cor.
- ✓ Materiais e técnicas de debuxo e pintura.
- ✓ Comunicación visual: características e elementos que interveñen nela.
- ✓ Funcións das mensaxes na comunicación visual e audiovisual.
- ✓ O cómic: medio de expresión. Linguaxe do cómic.

Metodoloxía de aplicación

A proposta ten un enfoque de misións a desempeñar en equipo co que se pretende motivar e implicar ao alumnado. Os estudantes, repartidos en equipos, convértense en integrantes dunha organización ficticia: **a Patrulla da Saúde**. Preséntase esta organización nun texto introdutorio no que se conta brevemente a súa historia e os seus obxectivos, que son concienciar aos adolescentes e á poboación en xeral dos beneficios de levar uns hábitos de vida saudables.

A composición dos equipos, formados por tres ou catro alumnos cada un, será obxecto de especial atención por parte do docente, de forma que os equipos resultantes sexan equilibrados. Procurarase mesturar nun mesmo grupo alumnos con bos resultados académicos con alumnos que teñan peor rendemento, e os alumnos máis proactivos con alumnos menos proactivos. Deste xeito, inténtase que non haxa gran disparidade entre os rendementos dos distintos equipos, e que os membros dos equipos se complementen.

A Patrulla da Saúde terá que encargarse de dúas misións:

- Misión «XULIA NON SE MOVE» : os alumnos elaboran e presentan á comunidade un manual con consellos sobre actividade física para rapazas e rapaces de 12 e 13 anos.
- Misión «XULIA APRENDE A COMER» : os alumnos elaboran unha guía para a adquisición e consumo responsable de comidas e bebidas, tanto no centro educativo como fora del.

Cada unha das misións constitúe un Proxecto, que se presenta en forma de Secuencia Didáctica. Cada misión está centrada no estudante e a súa **posta en práctica** levarase a cabo segundo o seguinte guión:

- En cada misión, os estudantes teñen que completar varias **etapas** antes de chegar a un reto ou proxecto final. Cada unha destas etapas se desenvolverá nun arquivo, en formato HTML5, visible nos ordenadores, tabletas e móbiles dos alumnos mediante un navegador web. A misión será navegable mediante un menú lateral, cunha entrada por cada etapa, de xeito que en todo momento o alumnado teña acceso a toda a información sobre a actividade.
- Os estudantes teñen que completar un **Diario de aprendizaxe**, utilizando un Documento dixital (que pode estar aloxado nun servizo *na nube*; por exemplo, en Google Drive), coa axuda de diferentes consellos que se lles ofrecen ao final de cada unha das etapas en que se divide cada misión.
- Cada etapa está descrita nunha páxina que consta de varios apartados: 1) un arquivo multimedia (fotografía, ligazón a un vídeo...) acompañado dun texto introdutorio que funciona como motivador; 2) unha ou varias actividades para facilitar a recompilación de información; 3) unha tarefa avaliable; 4) unhas rúbricas de avaliación, que o alumnado coñecerá *antes* de facer as tarefas, para saber que se espera do seu traballo; 5) unha pequena guía para facer unha entrada no *Diario de aprendizaxe*.
- Hai un **reto final** en cada misión, onde o alumnado ten que deseñar un **produto colaborativo**. Terán que traballar activamente coas Tecnoloxías da Información e da Comunicación.
- Ao rematar cada misión, animarase ao alumnado a crear un *portfolio* para reunir todo o seu coñecemento ao longo deste conxunto de actividades.

Estratexias de atención á diversidade

Pautas particulares do presente recurso orientadas á atención a diversidade:

- **Alumnado con necesidades educativas especiais**
Dada a variedade de necesidades que existen nas aulas (alumnos con TDAH, dislexia, síndrome do espectro autista, hipoacusia, déficit intelectual, alumnos estranxeiros incorporados recentemente ao sistema, etcétera) é moi difícil establecer *a priori* estratexias para cada caso concreto. Sirva a modo de exemplo a estratexia para atender a **unha alumna con TDAH**. O tipo de proposta formativa e o seu deseño fan que este

proxecto resulte axeitado para alumnado con este trastorno.¹ A proposta emprega varias das estratexias recomendadas:

1. Utiliza materiais audiovisuais e informáticos,
2. Ofrece patróns para axudar á alumna a preparar as redaccións (neste caso, o Diario de Aprendizaxe),
3. Facilita o intercambio de ideas e a oralidade.
4. Emprega recursos plásticos para expresar ideas.
5. Pretende espertar o interese con métodos non tradicionais, mediante vídeos, buscas na Rede, competicións, ou requirindo a súa participación activa por medio de interpretacións persoais dos vídeos ou textos amosados.
6. As actividades e tarefas están divididas en segmentos cortos.
7. Traballase co ordenador: os ordenadores fan manter a atención e son estimulantes.

- **Alumnado con altas capacidades intelectuais**

Deseñaranse actividades adicionais de ampliación para o alumnado que vaia un paso por diante, para que estes podan superarse e evitar que se aburran ao superar rapidamente os obxectivos.

Relación entre tarefas, estándares de aprendizaxe e competencias clave

En cada «misión» vanse propoñendo retos en forma de Tareas e un Proxecto Final. As actividades se deseñan coa finalidade de que o alumnado vaia acadando logros que se relacionan cos distintos Estándares de Aprendizaxe:

¹ A información sobre estratexias didácticas co TDAH foi obtida da web «TDAH. Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad - tdahytu» <http://www.tdahytu.es> [acceso: 10-7-2016]

Misión «XULIA NON SE MOVE»		
TAREFAS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIAS
TAREFA 1 (EN EQUIPO): Búsqueda na rede de información sobre actividade física e saúde en rapaces de 11-13 anos, e elaboración dun informe.	PEVSB1.1.1. Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.	CD CCL
	PEVSB1.1.2. Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora.	
TAREFA 2 (EN EQUIPO): Competición: cada equipo elabora un plan de AF, que porá en práctica durante un tempo.	PEVSB1.3.1. Elabora un plan para o incremento da súa actividade física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.	CSIEE CMCCT
TAREFA 3 (EN EQUIPO): Creación en Google Maps dun mapa do seu Concello coa localización dos recursos para actividade física.	PEVSB1.3.2. Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.	CD CAA
TAREFA 4 (EN EQUIPO): Elaboración de pósters con consellos para evitar os hábitos tóxicos.	PEVSB1.3.3. Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar os hábitos tóxicos relacionados coa actividade física (sedentarismo, vigorexia, dopaxe, etc.). EPVAB1.3.1. Realiza composicións que transmiten emocións básicas (calma, violencia, liberdade, opresión, alegría, tristura, etc.) utilizando diversos recursos gráficos en cada caso (claroscuro, liñas, puntos, texturas, cores, etc.). EPVAB1.7.1. Utiliza con propiedade as técnicas gráfico-plásticas coñecidas aplicándoas de forma axeitada ao obxectivo da actividade. EPVAB1.7.5. Crea co papel recortado formas abstractas e figurativas compóndoas con fins ilustrativos, decorativos ou comunicativos.	CCEC CSC
RETO FINAL (EN EQUIPO): Elaboración por cada equipo dunha guía en soporte dixital sobre actividade física para rapazas e rapaces de 11-13 anos.	PEVSB1.4.2. Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá. EPVAB2.1.3. Crea imaxes con distintos graos de iconicidade baseándose nun mesmo tema. EPVAB2.2.2. Deseña símbolos e iconas.	CD CSIEE

Misión «XULIA APRENDE A COMER»		
TAREFAS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIAS
TAREFA 1 (EN EQUIPO): Elaboración dun informe sobre as dietas atlántica e mediterránea, comparándoas de xeito crítico con outras.	PEVSB2.1.1. Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.	CMCCT CCL
	PEVSB2.1.2. Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.	
TAREFA 2 (EN EQUIPO): Traballos de campo: cada equipo rexistra nunha táboa o que comen e beben os membros durante un período de tempo.	PEVSB2.2.1. Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria. PEVSB2.5.2. Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.	CMCCT CAA
TAREFA 3 (EN EQUIPO): Creación dunha infografía sobre alimentos axeitados e non axeitados para unha merenda saudable.	PEVSB2.4.1. Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolve-la durante un período de tempo acordado. EPVAB2.5.1. Identifica e analiza os elementos que interveñen en actos de comunicación audiovisual. EPVAB2.5.2. Distingue a función ou funcións que predominan en mensaxes visuais e audiovisuais.	CD CSC
TAREFA 4 (EN EQUIPO): Elaboración dun cómic con consellos para evitar os hábitos tóxicos.	PEVSB2.2.3. Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.). EPVAB2.3.1. Deseña un cómic utilizando adecuadamente viñetas e lendas, globos, liñas cinéticas e onomatopeas.	CCEC CSC
RETO FINAL (EN EQUIPO): Elaboración dunha curtametraxe sobre alimentación saudable para rapazas e rapaces de 11-13 anos.	PEVSB2.3.1. Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.	CD CSIEE

Aspectos das competencias clave nos que se incide neste Proxecto:

- CCL: *Comunicación lingüística* – Exprésase de forma escrita en múltiples soportes; Comprende distintos tipos de textos: sabe buscar, recompilar e procesar información.
- CMCCT: *Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía* – Valora o coñecemento científico; Usa datos e procesos científicos.
- CD: *Competencia dixital* – Utiliza recursos tecnolóxicos para a comunicación e resolución de problemas; Crea contidos.
- CAA : *Competencia aprender a aprender* – Sabe avaliar o resultado e o proceso levado a cabo; Síntese protagonista do proceso e do resultado da aprendizaxe.
- CSC : *Competencias sociais e cívicas* – Participa de maneira construtiva nos intereses da comunidade; Ten interese por contribuir ao benestar social.
- CSIEE: *Sentido de iniciativa e espírito emprendedor* – Sabe deseñar e implementar un plan; Sabe facer avaliación e autoavaliación; Sabe comunicar e presentar.
- CCEC: *Conciencia e expresións culturais* - Desenvolve a iniciativa, imaxinación e creatividade.

Avaliación do alumnado

As avaliacións dos estudantes neste proxecto se prantexa dende tres puntos de vista: autoavaliacións (cada alumno avalía o propio traballo), coavaliacións (entre pares) e heteroavaliacións (feitas polo docente). Para avaliar a aprendizaxe adquirida por cada alumno utilizaranse os seguintes instrumentos:

- Rúbricas de avaliación, aplicadas a cada una das entregas das tarefas propostas e ao proxecto final de cada misión. As rúbricas de autoavaliación estarán a disposición dos alumnos antes de iniciar cada tarefa.
- Observación directa do traballo e actitude na aula.
- Seguimento do Diario de Aprendizaxe.
- Análise dos produtos xerados polo alumno e gardados no portafolios (analóxico ou dixital). O estudante fará unha autoavaliación mediante unha rúbrica deseñada a tal efecto.
- Presentación das tarefas nos prazos de tempo acordados.

A listaxe das tarefas avaliáveis e a súa ponderación recóllese nun **cadro resumo de avaliación** que se incorpora en cada Secuencia Didáctica, de tal xeito que está a disposición dos alumnos para que estes coñezan en todo momento como van ser cualificados.

Avaliación do Proxecto

Ao rematar o Proxecto, cada alumno fará unha reflexión final, no seu Diario de Aprendizaxe, adicada a avaliar globalmente o Proxecto. Farase unha posta en común na aula destas reflexións finais. O profesorado, finalmente, poderá enviar un correo electrónico ao autor do Proxecto, á dirección jaureguizar@edu.xunta.es, comunicándolle as conclusións obtidas do traballo, as posibles debilidades e suxerir cambios. Así, o proxecto se retroalimenta e pode mellorar en futuras versións.