



# Desafío saludable

- Orientación para docentes -

7°

GRADO



CIUDADANÍA  
GLOBAL

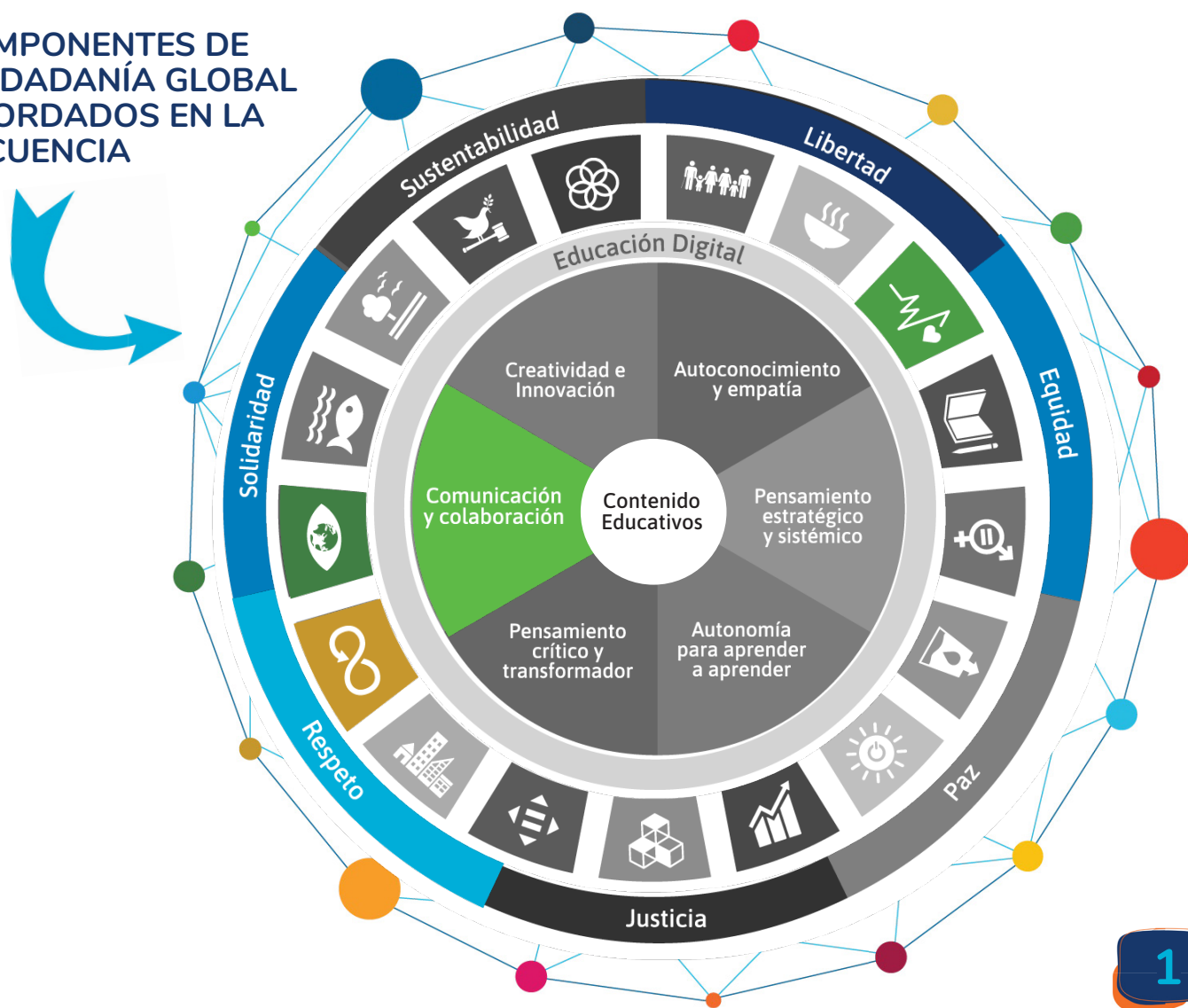


# SINOPSIS DE LA SECUENCIA



En esta secuencia se propone a los alumnos y las alumnas a reflexionar acerca de la importancia de la alimentación saludable, la diversificación de la dieta y el impacto beneficioso que pueden tener determinadas acciones de consumo saludable de alimentos sobre el cambio climático. Se orientará la discusión sobre hábitos alimenticios y su impacto en salud, con el objetivo de generar conciencia acerca de la propia alimentación y la alimentación familiar. Como producto final se propondrá a los/las estudiantes la generación de un recetario de comidas saludables o similar, que pueda ser compartido con familiares y otros miembros de la comunidad educativa.

## COMPONENTES DE CIUDADANÍA GLOBAL ABORDADOS EN LA SECUENCIA



**GRADO**

**7to**

**ODS**

ODS 12: Producción y consumo responsables  
ODS 13: Acción por el clima

En diálogo con

ODS 3: Salud y bienestar

**ÁREAS CURRICULARES  
Y BLOQUES TEMÁTICOS**

**Ciencias Naturales: Nutrición**

• Los alimentos se transforman dentro del organismo, se distribuyen a todas sus células y las proveen de materiales y energía.

En diálogo con:

**Formación Ética y Ciudadana: Paz y Derechos humanos**

• Hay requerimientos alimentarios básicos para todos los seres humanos. Diferentes grupos culturales generan dietas específicas para satisfacer esas necesidades. Las dietas de algunos de esos grupos culturales no satisfacen los requerimientos de cantidad y diversidad de alimentos básicos. La carencia de alimentos básicos (por impedimentos económicos y/u otros motivos) o la elección de una dieta inadecuada, puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades de diferentes características y gravedad.

**Educación Digital**

**PROPÓSITOS DE  
ENSEÑANZA  
DE LA SECUENCIA**

**Esta secuencia propone una serie de actividades destinadas a:**

- Reflexionar acerca de los hábitos alimenticios propios y de la comunidad.
- Comprender la relación que existe entre alimentación saludable y responsable y el cuidado del medio ambiente.
- Generar conciencia acerca del vínculo entre la producción de alimentos y algunos de los problemas derivados: mala alimentación y cambio climático.

**OBJETIVOS DE  
APRENDIZAJE**

**Que los/las estudiantes sean capaces de:**

- Buscar, leer, comprender y analizar información relevante a la relación que existe entre la alimentación saludable y el cuidado del ambiente.
- Leer y analizar rótulos de alimentos de consumo cotidiano y establecer relaciones entre los componentes nutricionales y si puede considerarse dentro del marco de alimentación saludable.
- Reflexionar acerca del consumo de vegetales como hábito que permite reducir la huella hídrica y la emisión de gases de efecto invernadero.

## DURACIÓN

**Cuatro momentos** con una duración aproximada de 80 minutos cada uno los cuales pueden adaptarse a la planificación docente y a las trayectorias educativas diseñadas.

## EJE DE EDUCACIÓN DIGITAL

- Comunicación y convivencia digital.
- Nuevas dinámicas de aprendizaje.

## RECURSOS DIGITALES

- Netbooks/notebook/tablet y/o PC
- Plataforma de Ciudadanía Global
- Procesador de texto (Ej: Open Office)
- Motores de búsqueda en Internet
- Participación en línea (Mentimeter)
- Creación de Murales Colaborativos (Ej. Padlet , ImageChef)
- Presentaciones en línea (Ej. Canva)
- Infografías (Ej. Genially)
- Blogs (Ej. Blogger)
  
- **Opcional:** Guía para estudiantes.

## CONOCIMIENTOS PREVIOS

### ¿Qué son los ODS? (Ver secuencia Misión Global)

- Reconocer propósitos y objetivos
- Identificar las problemáticas que abordan (nutrición, alimentación, cambio climático, alimentos procesados)

### Nivel 1 de alfabetización digital:

- Producción multimedia: recuperar y producir contenidos multimediales comprendiendo las particularidades, alcances y límites de los diferentes formatos integrados
- Integración de formatos: utilizar aplicaciones que permiten integrar más de un formato de producción
- Integración de formatos: reconocer aplicaciones de edición en más de un formato (ej: editor de presentaciones, procesador de texto, editor de video)
- Búsqueda, selección y organización de la información: realizar búsquedas y organizar la información obtenida para integrarla en producciones propias

## PRODUCCIÓN FINAL

Se propiciará la elaboración de un producto final a elección a fin de tomar como insumos los procesos, las acciones y los recursos que fueron parte del recorrido. El objetivo de la producción final es consolidar, comunicar y compartir los aprendizajes construidos a lo largo del proceso. Se proponen tres alternativas posibles para la producción final esta Misión (Ver Niveles):

### Explorador Global:

- Se propone a los alumnos y alumnas realizar una presentación analógica o digital (Canva) que sintetice la información obtenida en relación a hábitos alimenticios saludables y otorgue consejos sencillos de alimentación sana, accesible y sustentable que puedan ser comunicados fuera de la escuela.

### Ciudadano Global:

- Se propone a los/las estudiantes que diseñen un recetario digital a modo de infografía (Ej. Genially), que describa e informe sobre hábitos alimenticios saludables, accesibles y sustentables, para poder compartirlo en la escuela y con las familias y otros miembros de la comunidad.

### **Embajador Global:**

- Se propone a los alumnos y alumnas crear un recetario digital interactivo al que pueda accederse a través de un blog (Ej: Blogger) desde el cual será posible transmitir lo aprendido en relación a hábitos saludables accesibles y ahondar en consejos prácticos que permitan modificar hábitos alimenticios entendiendo el valor que tiene para la salud personal y ambiental.

## **EVALUACIÓN**

Para la evaluación individual de los estudiantes se cuenta con rúbricas disponibles en la **Plataforma de Ciudadanía Global**, para que sean utilizadas una vez finalizada la secuencia. Así también, al final de cada clase se cuenta con tarjetas de salida que permiten la autoevaluación y metacognición de los/las estudiantes.

A continuación se sugieren criterios de análisis que pueden ser incorporados por el docente a la evaluación que lleve a cabo:

### **De proceso:**

- Reflexión crítica sobre los ODS abordados (3, 12 y 13) y comprensión de su vínculo con los contenidos desarrollados.
- Progresiva incorporación de las habilidades de Ciudadanía Global propuestas en la secuencia (Pensamiento Computacional, Creatividad e Innovación y Colaboración y Comunicación).
- Apropiación de las herramientas digitales utilizadas.
- Dinámicas de trabajo individual y colaborativo.
- Capacidad de buscar, procesar e integrar información de diferentes fuentes

### **De producto:**

- Habilidad para expresar el resultado del procesamiento de información a través de diferentes tipos de producto.
- Capacidad de elaborar un producto que sea acorde a la consigna que propone la Misión.
- Compromiso individual y grupal con la tarea realizada.
- Pertinencia y calidad de la producción en relación con la temática abordada.

# MOMENTO 1

## OBJETIVOS

Que los/las estudiantes:

- Reflexionen sobre los ODS involucrados en la secuencia, 3, 12 y 13.
- Intercambien experiencias sobre los propios hábitos de alimentación.
- Indaguen acerca de la importancia de los hábitos de alimentación saludable.

## SINÓPSIS

Los alumnos y alumnas son convocados para reflexionar sobre sus hábitos alimenticios y el concepto de alimentación saludable. Se instará asimismo, en esta instancia, al establecer relaciones con los ODS involucrados en la secuencia, con el fin de reflexionar acerca de la trascendencia de pensar en los hábitos alimenticios familiares, como herramienta de colaboración con el cambio climático y el consumo sustentable.

## PREGUNTAS GUÍA

¿Cuáles son mis hábitos de alimentación? ¿Son saludables? ¿A qué llamamos alimentación saludable?

## RECURSOS A UTILIZAR

- Plataforma Ciudadanía Global
- Descripción de ODS - ONU
- Netbooks/Notebooks/Tablet y/o PC
- Video: presentación de la Misión y la Esfera.
- Procesador de texto (Ej: Open Office)
- Motores de búsqueda en Internet
- Participación en línea (Mentimeter)
- Muro colaborativo (Padlet)

Opcional: Guía del alumno.



## INICIO

### ACTIVIDAD: Nubes de hábitos

Se introduce la Misión mediante un mensaje en video de los personajes disponible en la Plataforma de Ciudadanía Global. También se puede compartir con los/las estudiantes el siguiente mensaje:

**Video introductorio: Presentación de la Misión por los personajes de la Banda Global (2)**



*¡Hola Globales! Somos Río y Maka! Tenemos para ustedes una nueva misión de la Esfera. Les proponemos asumir un desafío saludable y sustentable. ¿Se animan? Vamos a tener que investigar qué alimentos son nutritivos para nuestro organismo y cuáles no.*

*Una de las formas de tener una alimentación saludable es poder comer variado. ¿Alguna vez te pusiste a pensar qué nutrientes te aporta todo lo que comés? Comer saludable y sustentable además de ser bueno para nuestro cuerpo, es bueno para el ambiente. ¿Saben por qué? Bueno, esa respuesta se la dejamos a ustedes para próximas misiones.*



Luego de la presentación de la Misión se propone a los alumnos y las alumnas que piensen sobre cuáles son los alimentos que más consumen dentro y fuera de casa y se los invita a tomar nota de ello.

Luego de tomar unos minutos para reflexionar y tomar nota, se los invita a crear nubes de palabras de manera analógica o virtual (Mentimeter) respondiendo algunas preguntas que les permitan volcar los resultados de la reflexión (ver preguntas guía en sugerencias a docentes).

Al finalizar, se invita a los/las estudiantes que trabajen con netbooks a tomar una impresión de pantalla para guardar las nubes de palabras. En el caso de realizarlas de modo analógico, se sugiere desplegarlas a la vista de todos en el aula para retomarlas en el momento adecuado.

Como cierre puede presentarse el siguiente video sobre alimentación saludable de UNICEF, que posibilitará que los alumnos y las alumnas reflexionen sobre semejanzas y diferencias entre lo referido por el video y lo registrado por la clase.

#### Sugerencia al docente

Al momento de pensar sobre lo que consumen, el/la docente puede orientar a los/las estudiantes a pensar en qué consumen en diferentes momentos del día con el fin de ayudarlos a organizar su reflexión

Al momento de formar las nubes de palabras, el/la docente puede considerar como guías las siguientes preguntas

¿Qué suelo comer en el desayuno? ¿Y en la merienda?

¿Qué suelo comer en el almuerzo? ¿Y a la noche? ¿Cuáles son las comidas que más comemos en casa?

¿Qué suelo comer fuera de casa?

¿Qué cosas me gusta mucho comer?

#### Sugerencia al docente

Puede accederse a documentos descargado de la Plataforma de Ciudadanía Global acerca de la temática de cada ODS (3, 12 y 13) en caso de que se considere relevante

## DESARROLLO

Se le propone a la clase reunirse en grupos y comenzar por realizar un cuadro comparativo (analógico o digital utilizando por ejemplo Canva) entre alimentos saludables y no saludables de acuerdo al video visto en la introducción.

Una vez realizado el cuadro, se los invita a comparar sus notas con el cuadro y se les propone reflexionar acerca de cuáles son sus hábitos más saludables y cuáles los menos saludables. Se puede orientarlos a completar frases como:

*“Los alimentos que consumo que puedo considerar saludables son...”*

*“Los alimentos que consumo y no son saludables son...”*

Esto puede realizarse en Padlet por ejemplo en caso de contar con conectividad.

A continuación se les presenta a los grupos un artículo sobre alimentación saludable de la OMS con el fin de que realicen un resumen de sus conceptos fundamentales, que les será útil al momento de elaborar el producto final y les permitirá obtener información factual acerca de los temas sobre los que han reflexionado hasta este momento.

### Sugerencias para docentes

En el caso de que se considere que la información a trabajar no sea suficiente, pueden considerarse también las siguientes fuentes:

“Hacer de la nutrición infantil una prioridad” (ver capítulo en archivo UNICEF)

“Un programa para dar prioridad a la nutrición infantil” (ver capítulo en archivo UNICEF)

Se recomienda recordar a los alumnos y las alumnas que el material del resumen será muy útil al momento de preparar el producto final

### Conceptos claves

La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud.

Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad. Fuente OMS.

Gráfica de alimentación diaria. FAO

Llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como diferentes enfermedades no transmisibles y trastornos. Sin embargo, el aumento de la producción de alimentos procesados, la rápida urbanización y el cambio en los estilos de vida han dado lugar a un cambio en los hábitos alimentarios. Actualmente, las personas consumen más alimentos hipercalóricos, grasas, azúcares libres y sal/sodio; por otra parte, muchas personas no comen suficientes frutas, verduras y fibra dietética, como por ejemplo cereales integrales. Fuente OMS



## CIERRE

### ACTIVIDAD: : ¿Saludable para todos?

Se propone a los/las estudiantes trabajar a partir de la estrategia de pensamiento “¿Qué te hace decir eso?” o pueden utilizar la pregunta “¿Por qué piensas eso?” (la explicación de la estrategia se encuentra en el apartado “Sugerencia para docentes”).

Las reflexiones pueden ser compartidas de manera digital (Ej. Padlet o similar) o analógica con el resto de la clase.

• Para concluir este momento, se sugiere como tarjeta de salida, que los/las estudiantes registren dos respuestas de sus compañeros/as que los hicieron pensar en algo que no habían considerado antes y lo registren en la Bitácora de Misión.



## ¿Qué es?

Una **tarjeta de salida** es una estrategia de evaluación formativa que le permite al docente recolectar información acerca de lo que sus alumnos y alumnas registraron, comprendieron, pensaron, después de un intercambio. Permite también que los/las estudiantes expresen sus dudas, reflexiones y preguntas acerca de la temática.

### Sugerencia para docentes

Leer, antes de la actividad, algunas de las metas del ODS 12 con el fin de incrementar las posibilidades de reflexión luego de ver el video y al momento de completar la tarjeta de salida:

12.3 De aquí a 2030, reducir a la mitad el desperdicio de alimentos per capita mundial en la venta al por menor y a nivel de los consumidores y reducir las pérdidas de alimentos en las cadenas de producción y suministro, incluidas las pérdidas posteriores a la cosecha.



## MOMENTO 2

### OBJETIVOS

Que las/los estudiantes:

- Profundicen en el conocimiento del concepto de consumo responsable y sustentable.
- Relacionen dichos conceptos con los ODS involucrados en la secuencia.
- Comprendan qué acciones son posibles a nivel individual para colaborar con las metas del ODS 12.

### PREGUNTAS GUÍA



¿Qué significa la expresión **consumo responsable y sustentable**?  
¿Por qué los hábitos de consumo responsable a nivel individual colaboran con la lucha contra el hambre a nivel global?

### DESCRIPCIÓN

Los alumnos y las alumnas trabajarán sobre los conceptos de consumo responsable y sustentable y vincularán hábitos de alimentación saludable con las metas de los ODS involucrados en la secuencia.



### RECURSOS A UTILIZAR

- Netbooks/Notebooks/Tablet y/o PC.
- Motores de búsqueda en internet.
- Procesador de texto (Ej. Open Office).
- Herramientas para compartir en línea (Ej. Mentimeter).
- Muro colaborativo (Padlet).



## INICIO

### ACTIVIDAD

A modo de introducción a la temática se presenta un video que explica qué es la alimentación responsable y se los invita a reunirse en pequeños grupos y discutir sobre cuáles de los consejos ofrecidos por el video consideran están a su alcance.

Se les pide que, luego de intercambiar ideas, registren cuáles son las estrategias que entre todos consideran accesibles para ser más responsables en el consumo de alimentos (y por qué) y se los invita a documentarlas en un muro analógico o digital (Ej. Padlet).

#### Sugerencias para docentes

Se recomienda recorrer los grupos a medida que transcurre el intercambio con el fin de andamiar el desarrollo y registro de las ideas y su fundamentación

## DESARROLLO

Una vez realizada la puesta en común, se pide a la clase que sostengan los grupos con el fin de indagar acerca de qué significa alimentación sustentable y de cuáles son las estrategias que están al alcance de una comunidad para considerar la sustentabilidad en la producción y consumo de alimentos.

### ACTIVIDAD: Por una alimentación sostenible.

A partir de un video sobre alimentación sustentable y textos aportados por el/la docente, los/las estudiantes deberán realizar un resumen que explique la relación que existe entre estrategias de producción y alimentación sustentable y los ODS involucrados en la secuencia.

Al final de la actividad se puede invitarlos/las a compartir los resúmenes y postearlos en un muro colaborativo al que puedan acceder al momento de elaborar el producto final (Ej. Padlet).

#### Conceptos claves

La necesidad de cambiar a dietas y sistemas alimentarios más sostenibles es cada vez más evidente, pero ciertamente no es fácil de lograr. Según la definición de la FAO, la sostenibilidad de las dietas va más allá de la nutrición y el medio ambiente e incluye dimensiones económicas y socioculturales. Esto muestra la complejidad.

En la última década, más y más países han comenzado a incorporar consideraciones de sostenibilidad en sus políticas alimentarias y programas de educación del consumidor. Dadas las implicaciones normativas y programáticas de las guías alimentarias, el desarrollo y la integración de recomendaciones que promuevan prácticas y elecciones alimentarias específicas han sido una estrategia obvia para abordar la sostenibilidad, principalmente en sus dimensiones nutricional y ambiental.

Dichas recomendaciones incluyen, por ejemplo: tener una alimentación basada principalmente en alimentos de origen vegetal, preferir alimentos locales y de temporada, reducir el desperdicio de alimentos, consumir pescado de reservas sostenibles solamente y reducir el consumo de carne roja y procesada, alimentos altamente procesados y bebidas azucaradas.

La publicación conjunta de FAO y la Food Climate Research Network: Plates, pyramids, planet proporciona una revisión en profundidad de la situación de cómo los países incorporan la sostenibilidad en sus guías.

Los ejemplos de pautas nacionales que abordan cuestiones de sostenibilidad se pueden encontrar en “enlaces útiles” en la columna del lado derecho de esta página. La FAO no respalda necesariamente las opiniones expresadas en los documentos y sitios web externos. Fuente FAO

## CIERRE

### Estrategia de Pensamiento: "¿Qué te hace decir eso?"

Se sugiere a los alumnos que luego de mirar una imagen, establezcan relaciones entre los conceptos trabajados en este momento y la imagen y que fundamenten la relación establecida respondiendo a la pregunta ¿Qué te hace decir eso?.

Luego de la realización de la estrategia de pensamiento, se invitará a los/las estudiantes a responder una tarjeta de salida con una frase a completar con el fin de hacer metacognición sobre lo trabajado.

#### Sugerencias para docentes

La estrategia de pensamiento "¿Qué te hace decir eso?" se utiliza para favorecer la metacognición acerca de un aprendizaje reciente y su integración con conocimientos previos. En este caso el/la docente propone una imagen relacionada con la temática en curso y les pide a los/las estudiantes que:

- 1) Relacionen la imagen con lo trabajado en este momento de la secuencia
- 2) Fundamenten el por qué de dicha relación

Algunas imágenes que pueden considerarse como ejemplos para esta actividad:

Imagen 1  
Imagen 2  
Imagen 3

En la tarjeta de salida pueden utilizarse frases como

En mis palabras puedo definir alimentación sustentable como...

Algo que puedo hacer para colaborar con la necesidad de sostener pautas de alimentación que colaboren con las metas 2030 es...



## RECURSOS

Algunos textos que podrían acompañar el video

*Alimentación sostenible. ONU*

*Dietas sostenibles. ONU.*

*Nutrición infantil. Introducción del documento. UNICEF.*

*Panorama nutricional América Latina. Capítulo 1. OPS.*



## IMPORTANTE

**Ayudar a los/las estudiantes a focalizar sobre la consigna al momento de revisar los textos. Advertir la necesidad de focalizar en el capítulo sugerido dada la extensión de los documentos.**

**Considerar la necesidad de retomar las metas de los ODS involucrados en la secuencia y andamiar a los/las alumnos/as en trabajo.**



# MOMENTO 3

## OBJETIVOS

Que las/los estudiantes:

- Entren en contacto con rótulos de alimento de consumo corriente.
- Comprendan qué tipo de información es accesible a través de dichos rótulos.
- Reflexionen acerca de cuál es la importancia de prestarle atención a dicha información.

## PREGUNTAS GUÍA

¿Qué es la igualdad de género? ¿Qué mujeres se destacan en la historia de la vida política y educativa en América Latina y nuestro país?

## SINOPSIS

Los alumnos y alumnas trabajarán en grupos adquirir conocimiento acerca de qué son los rótulos de los alimentos y cuál es la trascendencia de la información que otorgan para la salud individual y comunitaria.

## RECURSOS A UTILIZAR

- Netbooks/Notebooks/Tablet y/o PC.
- Motores de búsqueda en internet.
- Procesador de texto (Ej. Open Office).
- Producción de cuadros conceptuales (Canva).



## INICIO

A modo de revisión se sugiere retomar el texto de la Misión, los ODS involucrados y hacer una pequeña reseña del curso de trabajo en la secuencia: aprender sobre alimentación saludable, sustentable y responsable, y reflexionar sobre los ODS 3, 12 y 13 y se invita a las/los estudiantes a releerlo en la plataforma de Ciudadanía Global:

*“Han superado 2 etapas y es momento de enfrentar un gran desafío: aprender qué son los rótulos en los alimentos, por qué son importantes y cuál es su relación con la misión en curso”*



## ACTIVIDAD: Manos en la masa

Se propone a los alumnos y las alumnas que revisen algunos envases de alimentos de uso corriente y busquen y documenten qué tipo de información otorgan.

La actividad es exploratoria con lo que, su intención, es simplemente que los/las estudiantes entren en contacto con conceptos que desarrollarán en profundidad durante este momento de la secuencia, sin información con el fin de activar nociones que, intuitivamente aparecen al momento de observar los envoltorios.

Al finalizar puede proponerse el posteo de las respuestas en un muro colaborativo analógico o digital (EJ. Padlet).

### Sugerencias para docentes

La intención en la apertura de la actividad es simplemente entrar en contacto con los envoltorios antes de profundizar en lo que es un rótulo, su composición e información. Se sugiere estimular a los alumnos y las alumnas a hacer hipótesis acerca de lo que ven en los envoltorios y tomar nota de sus estimaciones con el fin de retomarlas hacia el final de este momento de la secuencia.

Es posible guiar a los/las estudiantes con algunas preguntas como  
¿Qué tipo de información aparece en los envoltorios?  
¿Qué de esa información conocían?  
¿A qué nunca le habían prestado atención?

## DESARROLLO

## ACTIVIDAD: Rótulos, rótulos y más rótulos

Se propone a los/las estudiantes trabajar sobre la definición de alimento y rótulo de alimentos que otorga la ANMAT. Se presentan las definiciones y se les pide que, en grupos, las traduzcan a sus propias palabras

*“¿Qué es un alimento? Es toda sustancia que se ingiere en estado natural, semielaborada o elaborada, se destina al consumo humano y aporta al organismo los materiales y/o la energía necesarios para el desarrollo de los procesos biológicos. Esta definición incluye a las sustancias o mezclas de sustancias que se ingieren por hábito, costumbres o como coadyuvantes, tengan o no valor nutritivo.”*

*“¿Qué es un rótulo? Es toda inscripción, leyenda o imagen adherida al envase del alimento. Su función es brindar al consumidor información sobre las características particulares de los alimentos. Está prohibida toda información o mensaje que aparezca en las etiquetas de los alimentos que no sea adecuada y veraz, o que induzca a engaño o error al consumidor.”*

Una vez trabajadas las definiciones, se le pide a los/las estudiantes que busquen en la web información sobre la información nutricional que contienen los envases de diferentes tipos de alimentos que consumimos

Se sugiere que, con la información disponible, realicen un póster que permita documentar qué datos están presentes en los envases y por qué. Para ello puede trabajarse de modo analógico o a través de alguna aplicación (Ej. Canva)

Una vez realizados los pósters se invita a los grupos a compartirlos con el resto de la clase. En el caso de que se trabaje digitalmente pueden subirse a un muro colaborativo para que estén disponibles al momento de elaborar el producto final (EJ. Padlet).

## CIERRE

Como cierre de este momento se invita a las/los estudiantes a registrar en la **Tarjeta de Salida** tres datos obtenidos a lo largo de la indagación realizada en clase.

Pueden presentarse una frase guía en la tarjeta como  
*Durante la indagación aprendí que...*

Notas:



## RECURSOS A UTILIZAR

A continuación, algunas imágenes, textos y sitios que podrían servir de recurso para esta instancia de la secuencia:

Imagen 1

Imagen 2

Rotulado nacional de alimentos envasados.

Normas ANMAT

Rotulado de alimentos envasados. Gobierno nacional. (Introducción y primera parte)

Información sobre producto e indicadores al consumidor. OPS.



## IMPORTANTE

Al momento de trabajar en la tarjeta de salida puede orientarse a los/las estudiantes a revisar los datos documentados en los pósters.



## MOMENTO 4

### OBJETIVOS

Que las/los estudiantes:

- Conozcan el uso de herramientas para crear presentaciones digitales, infografías digitales interactivas o blogs.
- Integren información recopilada a lo largo de la secuencia.
- Relacionen la información recopilada con los ODS involucrados.
- Elaboren el producto final que será la síntesis de lo aprendido.

### PREGUNTAS GUÍA



¿Cómo le contamos a otros el trabajo que realizamos durante estas clases? ¿Qué herramientas tenemos para expresar lo que aprendimos? ¿Qué roles debemos asumir para trabajar en conjunto? ¿Qué ideas fundamentales son las que queremos comunicar?

### DESCRIPCIÓN

La elaboración de un producto final es una parte fundamental de toda secuencia didáctica (Misión). En esta instancia los/las estudiantes trabajarán en la elaboración del producto final orientados y guiados por su docente. Trabajarán con el fin de documentar y comunicar lo que han aprendido acerca de alimentación saludable, sustentable y responsable. Lo vincularán con los ODS involucrados en la secuencia y lo comunicarán a través del producto final.



### RECURSOS A UTILIZAR

- Netbooks/Notebooks/Tablet y/o PC.
- Material de clases anteriores.
- Presentaciones digitales (Canva).
- Infografía digital interactiva (Genially).
- Blog (Blogger).





## INICIO

En este último momento se confeccionará el producto final que los/las estudiantes utilizarán para comunicar sus aprendizajes y reflexiones ocurridas a lo largo de la secuencia. A modo de introducción de esta última instancia, se comenta a las/los estudiantes que esta es la última etapa de esta Misión, y se recupera el mensaje inicial que recibieron de la Esfera al comenzar:

*“Una de las formas de tener una alimentación saludable es poder comer variado. ¿Alguna vez te pusiste a pensar qué nutrientes te aporta lo que comés? Comer saludable y sustentable además de ser bueno para nuestro cuerpo es bueno para el ambiente. ¿Saben por qué? Bueno, esa respuesta se la dejamos a ustedes.”*

Luego de compartir este mensaje, el docente dispone de tres opciones de cierre:

### 1. Nivel Explorador

Los/las estudiantes realizarán una presentación analógica o digital (Canva) que sintetice la información obtenida en relación a hábitos alimenticios saludables y otorgue consejos sencillos de alimentación sana, accesible y sustentable, que puedan ser comunicados. Luego se les solicita organizar los materiales disponibles acordar los roles para trabajar. Es importante que a la hora de armar el póster integren la información acumulada a lo largo de la secuencia.

### 2. Nivel Ciudadano

Se propone a los alumnos y las alumnas que diseñen un recetario digital a través de una infografía (Genially) que describa e informe sobre hábitos alimenticios saludables, accesibles y sustentables, para compartirlo en la escuela y con las familias y otros miembros de la comunidad.

Para la elaboración de la producción se podrán aprovechar varios elementos:

- Cuadro comparativo producido en el momento 1
- Resumen trabajado a lo largo del segundo momento
- Póster e información recopilada en el tercer momento.
- Recursos disponibles en internet y ofrecidos por la aplicación

### 3. Nivel Embajador

Los/las estudiantes realizan un recetario digital interactivo al que pueda accederse a través de un blog (Blogger). Allí transmitirán lo aprendido en relación a hábitos saludables accesibles y ahondarán en consejos prácticos que permitan modificar hábitos alimenticios entendiendo el valor que tiene para la salud personal y ambiental.

Para su planificación y construcción pueden aprovechar información obtenida en:

- Cuadro comparativo, resumen, póster e información producidos y documentados a lo largo de la secuencia
- Recursos provistos por la aplicación
- Recursos obtenidos de Internet

### Sugerencias para docentes

Cualquiera sea el formato de producción final, se proponen ideas generales para iniciar el trabajo

Se sugiere la primera opción solo en caso de no disponer de conectividad.

Se recomienda retomar el texto de la invitación a la Misión para que sirva como filtro de la información al momento de seleccionarla para elaborar el producto final. Que integren en el producto final las metas de los ODS, con los datos históricos recuperados a partir de la indagación, con la historia de la propia escuela.

Se invita a las/los estudiantes a organizar el espacio de trabajo teniendo en cuenta:

- el tipo de producto
- sus características
- los ODS vinculados
- las reflexiones realizadas en momentos previos de la secuencia
- los roles que cada uno desempeñará en el trabajo en equipo
- la información de los cuadros comparativos, resúmenes y pósters elaborados a lo largo de la secuencia

## DESARROLLO

### Actividad: ¡Cocineros a la carga!

Según el proceso de producción que se elija, se le propone a las/los estudiantes:

#### Para la realización de la presentación:

- Organizar la información disponible
- Hacer una síntesis de lo que quieren comunicar
- Vincularlo de manera explícita con el/los ODS involucrados
- Redactar los consejos sencillos de alimentación sana que darán
- Buscar imágenes que puedan acompañar los textos
- Documentar sus propias reflexiones (pueden retomarse las escritas en las tarjetas de salida)

#### Para la elaboración de la presentación:

- Hacer un bosquejo inicial
- Redactar una lista de hábitos saludables, accesibles y sustentables
- Buscar imágenes o elementos que acompañen la información
- Vincularlo de manera explícita con el/los ODS involucrados
- Hacer una lista de reflexiones personales y grupales que puedan integrarse al producto

#### Para el recetario digital interactivo:

- Recuperar de la información acumulada a lo largo de la secuencia aquella que es útil para su producción
- Elaborar un bosquejo
- Buscar imágenes y videos que puedan acompañar el recetario
- Buscar recetas que puedan incluirse
- Vincularla de manera explícita con el/los ODS involucrados
- Hacer una lista de reflexiones personales y grupales que puedan integrarse al producto



### IMPORTANTE

Recordar que para utilizar estas aplicaciones debe generar una cuenta. que requiere registro. Si lo desea, puede crear varias cuentas para distribuir entre los grupos de trabajo o crear una cuenta de aula. De esa manera se evita que los/las estudiantes tengan que suministrar datos personales para el registro.

También se pueden utilizar aplicaciones de diseño offline instaladas en los dispositivos digitales que tengan disponibles los/las estudiantes para realizar la actividad.

Es aconsejable dedicar unos minutos a presentar y conversar sobre las aplicaciones con el fin de asegurar que los/las estudiantes están en condiciones de utilizarlas para la elaboración del producto final.

Se recomienda sugerir retomar los resúmenes, mapas conceptuales y presentaciones construidos a lo largo de la secuencia como fuente de información e inspiración.

### Conceptos claves



ODS 12

ODS 13

ODS 3

Alimentación Saludable Gobierno de la República Argentina

Las Licencias GPL GNU (21) para contenidos de libre distribución son formas de copyleft para ser usadas en un manual, libro de texto u otro documento que asegure que todo el mundo tiene la libertad de copiarlo y redistribuirlo, con o sin modificaciones, de modo comercial o no comercial. concepto

Ver:

¿Cómo buscar recursos que se puedan usar, compartir o modificar con Google (22)?

¿Cómo buscar imágenes que se puedan usar, compartir o modificar en Google (23)?

¿Cómo buscar contenidos con licencias Creative Commons utilizando Google (24)?

## CIERRE

Se invita a las/los estudiantes compartir con el resto de la clase el producto elaborado.

### • Infografía (nivel explorador):

En caso de no contar con conectividad se propone a las chicas y chicos presentar sus productos a la clase y compartir reflexiones y opiniones

### • Animación (nivel ciudadano):

Se propone armar una muestra digital en la plataforma de Ciudadanía Global y compartirla en las plataformas escolares y con las familias.

### • Realidad aumentada (nivel embajador):

Se les propone a las/los estudiantes compartir con sus compañeros/as y docentes e incluso con otros miembros de la comunidad de la escuela los recetarios producidos. Es posible enviar links a las familias para que sean compartidos en casa.



## IMPORTANTE

Puntualizar la necesidad de hacer explícita la relación entre el mensaje y los ODS involucrados y documentarla en la Bitácora de Misión.

### Sugerencia para docentes

Se recomienda organizar la presentación de cada equipo y orientar a los/las estudiantes otorgando pasos para presentar el producto final.

Para concluir esta Misión y luego de realizar devoluciones sobre los trabajos se puede invitar a las/los estudiantes a descubrir el mensaje final de la Banda Global en la plataforma o en la guía del alumno.



“¡Felicitaciones, han terminado la Misión y ya pueden recibir su título de **“Embajadores y embajadoras de la Esfera”**! Los invitamos a acompañarnos en futuras Misiones para contribuir con un mundo más justo, equitativo y sustentable sustentable.

# Weblografía

## **1 - Plataforma de Ciudadanía Global.**

Link al recurso: <http://www.ciudadaniaglobal.bue.edu.ar/>

## **2 - Galería de imágenes.**

Link al recurso: <http://www.ciudadaniaglobal.com/resources/show/267>

## **3 - Web de la Organización de Naciones Unidas.**

Link al recurso: <https://visit.un.org/sites/visit.un.org/files/Visitor%20Centre%20booklet-SP.pdf>

## **4 - Web Agenda 2030.**

Link al recurso: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>

## **5 - Web Objetivos de Desarrollo Sostenible.**

Link al recurso: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/development-agenda/>

## **6 - Web Desarrollo Sostenible.**

Link al recurso: <https://www.un.org/es/ga/president/65/issues/sustdev.shtml>

## **7 - Video “Introducción a los Objetivos de Desarrollo Sostenible”**

<https://www.youtube.com/watch?v=MCKH5xk8X-g>

## **8 - Póster ODS.**

Link al recurso: <http://www.ciudadaniaglobal.com/resources/show/268>

## **9 - Web de Canva.**

Link al recurso: [https://www.canva.com/es\\_419/](https://www.canva.com/es_419/)

## **10 - Tutorial de Canva.**

Link al recurso: <https://campusvirtualintec.buenosaires.gob.ar/course/view.php?id=1277>

## **11 - Genially**

<https://www.genial.ly/es>

## **12 - Mentimeter**

<https://www.mentimeter.com>

## **13 - Web de Recursos Educativos Abiertos.**

Link al recurso: <https://campusvirtualintec.buenosaires.gob.ar/course/view.php?id=130>

## **14 - Web de Licencias de software libre.**

Link al recurso: <https://osl.ugr.es/2018/02/09/licencias-de-software-libre-licenciate-y-protege-tu-trabajo/>

## **15 - Tutorial sobre la búsqueda de recursos que se puedan usar, compartir o modificar con Google.**

Link al recurso: <https://campusvirtualintec.buenosaires.gob.ar/course/view.php?id=411>

## **16 - Tutorial sobre la búsqueda de imágenes que se puedan usar, compartir o modificar en Google.**

Link al recurso: <https://campusvirtualintec.buenosaires.gob.ar/course/view.php?id=436>

## **17 - Tutorial sobre contenidos con licencias Creative Commons utilizando Google.**

Link al recurso: <https://campusvirtualintec.buenosaires.gob.ar/course/view.php?id=421>

## 18 - Open Office

<https://www.openoffice.org/>

## 19 - Padlet

<https://www.padlet.com/>

## 20 - Blogger

<https://www.blogger.com/about/?bpli=1>

## 21 - ODS 3

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>

## 22 - ODS 12

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/sustainable-consumption-production/>

## 23 - ODS 13

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/climate-change-2/>

## 24 - Documento ODS 13

[https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/13-Spanish\\_Why-it-Matters.pdf](https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/13-Spanish_Why-it-Matters.pdf)

## 25 - Documento ODS 12

[https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/12\\_Spanish\\_Why\\_it\\_Matters.pdf](https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/12_Spanish_Why_it_Matters.pdf)

## 26 - Documento ODS 3

[https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/3\\_Spanish\\_Why\\_it\\_Matters.pdf](https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/wp-content/uploads/sites/3/2016/10/3_Spanish_Why_it_Matters.pdf)

## 27 - Video ONU sobre el costo del desecho de comida

<https://www.un.org/es/sections/issues-depth/food/index.html>

## 28 - UN nuevo acuerdo a favor de las dietas saludables

<https://news.un.org/es/story/2019/03/1452521>

## 29 - Alimentación sana OMS

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

## 30 - Qué es la nutrición? OMS

<https://www.who.int/topics/nutrition/es/>

## 31 - Gráfica de la alimentación diaria

<http://www.fao.org/typo3temp/pics/ea0a27571d.jpg>

## 32 - Hacer de la nutrición infantil una prioridad

<https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>

## 33 - Un programa para dar prioridad a la nutrición infantil

<https://www.unicef.org/argentina/media/6586/file>

## 34 - Video OMS FAO

<https://www.youtube.com/watch?v=GQQUVM5I7oo>

## 35 - Metas ODS 12

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/sustainable-consumption-production/>

## 36 - Estrategias para orientar la alimentación sustentable

<https://www.youtube.com/watch?v=vVZ8s7Zkdlg>

## 37 - Alimentación responsable

<https://www.youtube.com/watch?v=kdPJDPLrECg>

## 38 - Conceptos fundamentales momento 2

<http://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/food-dietary-guidelines/background/sustainable-dietary-guidelines/es/>

## 39 - Alimentación sostenible ONU

<https://www.un.org/es/sections/issues-depth/food/index.html#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20se%20encuentra%20tambi%C3%A9n,y%20promover%20la%20agricultura%20sostenible%C2%BB.>

## 40 - Dietas sostenibles

<https://www.un.org/es/cr%C3%B3nica-onu/las-dietas-sostenibles-mejoran-el-progreso-de-todos-los-objetivos-de-desarrollo>

## 41 - Nutrición infantil UNICEF

<https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>

## 42 - Panorama Nutricional América Latina OPS

<http://www.fao.org/3/ca6979es/ca6979es.pdf>

## 43 - Imagen 1 momento 2

<https://www.africamar.com/wp-content/uploads/2019/06/food-day.jpg>

## 44 - Imagen 2 momento 2

[https://sites.google.com/site/alimentosyconsumosostenible/\\_/rsrc/1432649129338/deficion/alimentacionsostenible.jpg?height=218&width=320](https://sites.google.com/site/alimentosyconsumosostenible/_/rsrc/1432649129338/deficion/alimentacionsostenible.jpg?height=218&width=320)

## 45 - Imagen 3 momento 2

<https://i2.wp.com/aprendergratis.es/wp-content/uploads/2020/01/jksdjfkjdskfjskfdkf.jpg?fit=1024%2C768&ssl=1>

## 46 - Rotulado de alimentos ANMAT

[http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Rotulado\\_nutricional.pdf](http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Rotulado_nutricional.pdf)

## 47 - Momento 3 imagen 1

<https://prensa.cba.gov.ar/wp-content/uploads/2017/09/quecomesfinal-1024x679.png>

## 48 - Momento 3 imagen 2

<https://rotuladodealimentos.files.wordpress.com/2015/02/informacic3b3n-obligatoria2.jpg>

## 49 - Rotulado nacional de alimentos envasados, normas ANMAT

[http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Rotulado\\_nutricional.pdf](http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Rotulado_nutricional.pdf)

## 50 - Rotulado de alimentos. Introducción y primera parte.

<http://www.alimentosargentinos.gob.ar/contenido/publicaciones/calidad/Guias/GuiaRotulo.pdf>

## 51 - Información sobre producto e indicaciones al consumidor.

[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=10825:2015-informaciones-producto-indicadores-consumidor&Itemid=42210&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10825:2015-informaciones-producto-indicadores-consumidor&Itemid=42210&lang=es)

## 52 - Alimentación saludable gobierno de la república argentina

<https://www.argentina.gob.ar/salud/alimentacion-saludable>