

2015



¿  
*PONES FRUTAS Y HORTALIZAS  
EN TU VIDA?*



IES ARTABE BHI

ESCOLARIZACIÓN COMPLEMENTARIA

2015/05/15

## ***ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL IES ARTABE BHI***

### ***PRESENTACIÓN***

#### ***Antecedentes***

El centro educativo IES Artabe BHI ofrece desde hace tiempo un aula-taller gastronómica donde el alumnado tiene la oportunidad de realizar actividades tangibles y conectadas con la realidad. Al ser un importante elemento diferenciador, el taller en sí mismo siempre ha captado rápidamente la atención tanto del alumnado que toma parte en él como los de otros grupos del propio centro. Siempre se han ido realizando actividades que mejoraban destrezas en el ámbito culinario reforzando así diversos aspectos sobre su conocimiento gastronómico.

Nuestra **idea** de la aplicación de **proyectos integrados de aprendizaje en complementaria** surge el pasado curso 2013-2014. Emanado de la ilusión de lo que nuestro programa podría llegar a ser, en pro del alumnado de escolarización complementaria, y de los mecanismos que la enseñanza pone a nuestro alcance para lograrlo convenientemente.

Esta **visión** se vio reforzada por el equipo docente encargado de la Educación Complementaria en IES Artabe BHI, que mostro un alto grado de implicación y motivación, y apostó por impulsar y estimular la capacidad y creatividad del equipo educativo para el diseño e implementación de proyectos integrados de aprendizaje, orientados a la mejora de la calidad educativa ofrecida.

**El centro** inmerso en el cambio y la mejora continua, apuesta actualmente por proyectos educativos innovadores como “Hamaika Esku”, Comunidades de Aprendizaje y CREA, voluntarios del programa Empieza por Educar, etc. Este planteamiento educativo ofrece el escenario apropiado para el desarrollo de actuaciones y planteamientos innovadores, pues permite optar por enseñanzas menos lineales, distribuyendo tiempos y espacios mejor adaptados a las necesidades reales del alumnado.

Este curso escolar 2014-2015 hemos iniciado la **materialización** de esa visión conjunta sobre lo que podemos llegar a ser. Uniendo fuerzas y espíritu hemos arrancado con el desarrollo y la implementación de estos métodos innovadores, con el objetivo potenciar diferentes capacidades y competencias en el alumnado. Este nuevo Saber Hacer dotará a nuestros/as alumnos/as con la autonomía necesaria para afrontar las exigencias y necesidades que el día a día demanda.

### **Objetivos**

1. Inculcar **hábitos colaborativos** basados en la interacción dialogada de grupos heterogéneos.
2. Fomentar la **coeducación** y la práctica no sexista, al visualizar la cocina como salida profesional y no como una tarea específica de un género en concreto.
3. Desarrollar el contenido en una **clave intercultural** clara, porque tanto la nutrición como la alimentación son dimensiones de comunión.
4. Inculcar **hábitos alimentarios saludables** y enseñar métodos apropiados de elaboración, tema este, que también es tratado y potenciado por los ambulatorios de la zona desde la atención primaria.

5. Imprimir una **visión integradora del saber** y que las/los alumnas/os entiendan la interconexión del conocimiento.
6. Ofrecer una educación de calidad con una mejora de resultados, impulsando siempre la **acción emprendedora**.
7. Realizar un **proyecto tangible y conectado con el mundo** real.
8. Activar la **participación del alumnado en todas las fases** del propio proceso. Y fomentar la implicación en la toma de decisiones y realización de tareas, acostumbrándoles a hacerse **responsables del trabajo** tanto individual como colectivamente.
9. Facilitar y estimular la **búsqueda de información**, la aplicación de estrategias y conocimientos prácticos, capacidades sociales y destrezas diversas.
10. **Difundir la información**, dentro y/o fuera del centro educativo sobre el trabajo realizado, las conclusiones obtenidas, apoyándose en las tecnologías de la información y la comunicación, y reforzando las estrategias comunicativas.
11. **Impulsar** el uso del euskera y la **Euskaldunización y el Plurilinguismo**. Ofreciendo espacios donde se relacionen con el euskera de forma novedosa y diferente.
12. Favorecer **el correcto uso de las TIC**, elaborando actividades creativas y atractivas para el alumnado.

### ***Originalidad y Áreas curriculares en las que se integra;***

Las **prácticas educativas tradicionales** elaboraban métodos de enseñanza donde cada ámbito se perfilaba atendiendo básicamente a los objetivos generales del currículo y al contenido didáctico propio asociado. La experiencia nos ha demostrado

que estos métodos de enseñanza, sobre todo en este tipo de centros, no motivan ni ayuda al alumnado a desarrollar sus capacidades cognitivas ni emocionales. Es más, tienden por lo general a parecerles contenidos vacíos, irreales e inconexos, nada útiles en su vida cotidiana. Ello suele crear falta de motivación e interés hacia el aprendizaje e incluso rechazo hacia la comunidad educativa y lo que ello representa.

El proyecto integrador que hemos puesto en marcha este curso 2014-2015 tiene como objetivo ofrecer al alumnado un tipo de aprendizaje multidireccional, donde todo este interconectado entre sí. Se pretende con ello; **establecer una nueva relación entre el alumnado y la comunidad educativa**, atendiendo a los contenidos didácticos que el currículo determina para el desarrollo de sus capacidades.

**El aula-taller gastronómica es el núcleo y punto de partida del proyecto integrador.** Además de ofrecer por sí mismo el aprendizaje de una actividad específica con buena salida laboral, esta asignatura se vincula fácilmente con los contenidos con los demás ámbitos.

El curso pasado pudimos **analizar detenida y conjuntamente los contenidos didácticos de todos los ámbitos**; los del taller gastronómico, los del ámbito socio-lingüístico y del ámbito científico-tecnológico. Llegamos a la certeza de que no tenía sentido alguno que cada profesora impartiera sus clases ajenas al resto de las materias. Observamos que se podía **reforzar el interés en el aprendizaje** de un área curricular si el alumnado observaba que a su vez era aplicable en otros ámbitos que a su vez les compete. De esta manera, el alumnado es consciente rápidamente

del nivel de adquisición de nuevos conceptos y de su aplicabilidad, motivándolo e impulsando su capacidad auto-evaluativa y su autoestima.

Una vez aceptado este nuevo enfoque docente e sumergirnos completamente en su realización, las actividades para unir los contenidos han ido aumentando durante este curso escolar y su planificación nos resulta cada vez más fácil.

A continuación se explican algunas **actividades integradoras** que se han ido planteado en los diferentes ámbitos y como los hemos ido conectando entre sí:

- En **Ámbito Socio-Lingüístico**; el estudio de la prehistoria y las civilizaciones antiguas partiendo de sus hábitos alimenticios y culturales realizando ejemplificaciones en cocina; estudiar las zonas climáticas y mapas políticos atendiendo al cultivo autóctono de cada zona; estudiar la lengua, los sonidos, el verbo,...utilizando recetas que a su vez utilizarán en cocina ese mismo período de tiempo, asimilando conceptos que les será útil en la práctica del Aula-Taller.
- En **Ámbito Científico-Tecnológico**; se adaptan las actividades de sumas, restas, multiplicaciones y las divisiones de distintos niveles en las recetas que se trabajan en esa misma semana en el Aula-Taller y en ASL. Igualmente se trabajan las proporciones y porcentajes variando, por ejemplo, el número de comensales de las recetas semanales o haciendo cálculos varios de precios en el supermercado, donde el grupo realiza las compras del Aula-Taller acompañados de la profesora encargada. Otra actividad llevada a cabo, ha sido la elaboración de brochetas con trozos de fruta, para practicar y asimilar el contenido relacionado con las fracciones.

La integración de las ciencias naturales nos ha resultado muy fácil, pues la cocina engloba todos las áreas de este ámbito como son; la química, la física, la biología,...Por nombrar alguna actividad en concreto; la observación por microscopio las levaduras del pan fermentado en cocina, análisis de nutrientes de algún ingrediente principal de las elaboraciones semanales, observar células vegetales, etc.

- **Educación Física y mantenimiento de la salud**; realización de las jornadas de desayuno saludable involucrando activamente a todo el centro, análisis teórico-práctico de la influencia de los hábitos,...
- **Agenda 21**; con la ayuda de led alumnado cultivamos frutas y verduras de forma ecológica en el huerto escolar. Ellos se encargan tanto de la preparación como de su mantenimiento. Así mismo, mantienen una pequeña almunia con plantas aromáticas que pueden ser usadas en la cocina (tomillo, hinojo, laurel,...De esta forma, completamos el conocimiento global del proceso productivo relacionado con la alimentación ecológica y sostenible, desde el cultivo hasta el consumo final.

Junto con el Aula-Taller gastronómico también es asociado con el área de tecnología; aprendemos a utilizar herramientas; fabricamos una lombriz-compostera para reciclar residuos orgánicos de la cocina; construimos elementos necesarios como cercados de madera o carteles indicadores de los distintos productos cultivados.

- **Empoderamiento de las familias** e implicación de toda la comunidad educativa; el alumnado comparte el conocimiento adquirido en clase al realizar reuniones y fiestas con las familias.

## **DESARROLLO**

### ***Coherencia temática y su profundidad***

Este proyecto en concreto, surge del hecho de que tanto en la cocina como en el comedor un altísimo porcentaje del **alumnado no integra verduras y frutas en alimentación diaria**. Algunas/os ni siquiera los quieren tocar, se diría que casi los aborrecen. Este factor en cocina se vuelve un problema recurrente, por ello se debía buscar una reacción apropiada que minimizara los problemas con el mundo vegetal y, a su vez, favoreciera el aprendizaje de los/las alumnos/as.

El objetivo general y final tiene por objeto **fomentar el consumo de frutas y hortalizas**, pues la base y el pilar de la alimentación saludable. Pero para lograr este hecho, no basta con definir la pauta sino que se deben **crear nuevos vínculos y experiencias** con el alimento, e intentar diluir en la medida de lo posible los prejuicios existentes al respecto.

- En el **ámbito científico-tecnológico** se plantea el análisis de las diferentes propiedades de diferentes productos como son la cebolla, la col, la fresa, el kiwi, etc. Se les explicará que beneficios pueden tener su ingesta para la salud y el porqué.

Se analizarán bajo telescopio binocular sus estructuras y componentes. Incluso se realizarán actividades de cambio de pH y colores “Lombarda mutante”, y testes con el cromatógrafo de la clorofila para observar los colores subyacentes tras el verde mientras se les explica cada pigmento y su buena influencia en el bienestar y la salud.



- En el **ámbito socio-lingüístico** se plantean actividades donde se pretende aumentar el conocimiento sobre las hortalizas y frutas que disfrutamos al ingerir y sus características.

Primero con el alumnado, se estudiarán los diferentes tipos de productos que se cultivan en la península y se crearán las fichas trilingües de los alimentos. En segundo lugar, se explica la climatología en la península ibérica y los tipos de vegetales asociados a cada una de ellas. Para finalizar, creando dos grupos que competirán amistosamente entre ellos, se les pedirá que sitúen cada producto en su comunidad autónoma correspondiente, nombrando las provincias y capitales.

El debate será otra actividad de este proyecto donde se trabajarán las capacidades orales y dialogantes. Se realizará como cierre del proyecto donde ellos mismos podrán analizar si, saben debatir correctamente o que aspectos deben perfilar, y si ha cambiado en algo desde el inicio del proyecto los argumentos a favor y en contra.

- En el caso del **Aula-Taller gastronómico**: se inicia el experimento “El laboratorio de los sentidos”, una cata a ciegas que pretende hacer ver al alumnado, que el prejuicio que existe sobre un alimento en concreto hace que no pueda ser experimentado y disfrutado en su plenitud. Después de cada cata deberán rellenar una ficha donde tendrán un pequeño cuestionario que les obligará a fiarse de sus sentidos y definir sus percepciones. Esta actividad, en concreto, está ligado a contenido didáctico de ACT pues repasamos contenido sobre los sentidos. El objetivo es cambiar las ideas fijadas y experimentar.

La elaboración de recetas sabrosas y sanas será la siguiente actividad de las/los alumnas/os. Realizarán alguna sesión recopilando información, y después de optar entre todos por una receta, se elaborará en el taller, para más adelante presentárselo a las madres y padres.

### ***La metodología de trabajo con el alumnado***

La **enseñanza cognitivo-emocional** es una herramienta muy apropiada en este tipo de centros con alumnado de estas características especiales, y se trabaja en las reuniones de departamento para el control del aula. Desde la cercanía, el entendimiento y la disciplina con el alumnado se logra un mayor entendimiento emocional. El estar captando conscientemente lo que el alumnado nos intenta indicar, las profesoras somos más capaces de reorientar conductas y hacer que se interesen y aprendan los contenidos del currículo.

Las técnicas metodológicas se perfilarán en función de los objetivos generales y concretos de cada actividad. Cada actividad definida en los diferentes ámbitos esta subdividida en otras más concretas que trabajan objetivos más específicos. El alumnado será informado del fin que se pretende pero de manera genérica, pues hemos optado por **informarles de aspectos específicos**. Creemos que la excesiva información sobre el proyecto puede provocar inicialmente el desinterés total difícil de redirigir más adelante.

El rellenar el mapa político de alimentos de cultivo propio en ASL, por ejemplo, requiere realizar con antelación tanto recopilación como las fichas usando diseños de documentos Word, mirar el diccionario para poder ponerlo en trilingüe.

Metodología de enseñanza-aprendizaje, **el/la propio/a alumno/a debe ayudar a organizar las diversas actividades** que conforman el proyecto al profesorado. Se le debe hacer sentir parte de él desde su origen e inicio. Se presenta el tema que hemos creído necesario trabajarlo sin demora. Se recopilan en un tablero las frases, ideas, conceptos,...que la "lluvia de ideas" ha dejado, y desde ahí se parte unas líneas de actuación adoptadas en consenso dentro de los diferentes ámbitos y áreas.

Fijadas las actividades concretas, se organiza entre el equipo al completo el **horario** que ha de ser flexible pero con la temporalidad definida de antemano para no excedernos en la realización de las actividades.

Siendo el alumnado parte activa del proyecto desde su nacimiento hasta la maduración y finalización, también asumirá parte de fuerza en la **evaluación** propia y de la de los compañeros. Cada día se trabajarán aspectos concretos e irán acompañados de fichas donde se evalúe sobre todo los aspectos actitudinales y teórico-prácticos.

- **Actitudinales:** puntualidad, higiene, interés, nivel colaborativo, implicación cooperativa, grado de respeto a las normas,...
- **Procedimentales:** mostrar un saber hacer apropiado para los niveles que enseña el profesorado, adquirir y ser capaz de demostrar los nuevos conocimientos,...

El sistema de recuperación requerirá aprobar el bloque suspendido mediante pequeñas tareas y actividades que la profesora definirá explícitamente para la/el alumna/o en cuestión.

### ***EXPERIMENTACIÓN EN EL AULA***

Interés y curiosidad han estado presentes durante todo el proyecto. Los /las alumnos/as han mostrado, en general, una actitud positiva y han colaborado bastante en los objetivos que fijamos entre todos.

Si bien es cierto, que al principio tienden a mostrar rechazo a una actividad o manera de enseñar distinta. El equipo docente de Escolarización Complementaria hemos promovido la motivación e implicación del alumnado en el proyecto. Al incluir actividades novedosas y ver que muchas estaban interconectadas, al ir comprobando a medida que se realizan las actividades que todo gira alrededor de un único concepto y que cada vez saben más, su entusiasmo también ha ido en aumento.

La aprobación del alumnado hacia estos nuevos métodos innovadores, es rotunda. Nada más finalizar el primer proyecto las/los alumnas/os ellos mismos comenzaron a definir la temática de interés para otro proyecto.

La falta de experiencia nos ha provocado trabajar con un poco de lentitud y dificultad este primer año de trabajos integrados. Pero visto el éxito, se pretende trabajar en esta dirección y mejorar continuamente los próximos cursos escolares.

Esta nuevo hacer proyecta desde la Escolarización de Complementaria de IES Artabe BHI, la nueva forma de enseñanza que IES Artabe BHI contempla para todas las etapas, cursos y clases. El proyecto ha impulsado el ánimo de la escuela y marcado directrices de lo que es efectivo y lo que funciona.

### ***EVALUACIÓN DE LA EXPERIENCIA. NIVEL DE CONSECUCCIÓN DE LOS OBJETIVOS PLANTEADOS***

La evaluación de la experiencia es totalmente positiva y el nivel colaborativo del alumnado de complementaria y de la comunidad educativa ha sido muy bueno. El alto nivel de absentismo ha sido el mayor hándicap que ha dificultado enormemente el avance y desarrollo habitual del proyecto.

Ha habido objetivos que no hemos podido realizar por equivocado cálculo de tempos en las actividades y preparación, como por ejemplo; la compostera, el debate, otros proyectos ideados,...). Pero el equipo ha mostrado adaptabilidad y flexibilidad frente al nuevo tipo de enseñanza-aprendizaje.

Estamos muy orgullosos tanto del proyecto integrado a nivel de curso planteado desde cocina el curso pasado como de los pequeños proyectos que lo integran, y el efecto que están teniendo,

### ***REFERENCIAS***

- *“Lombarda mutante” de Juan Mari Arzak*