

MIDIMAYA E OS HÁBITOS DE VIDA SAUDABLES NA PDI



Imaxe recuperada de: [Mujerhoy](https://www.mujerhoy.com)

Grupo: MIDIMAYA
midimayant@gmail.com

María Rodríguez González
Diego Vázquez Feijóo
Yago Vilarchao Cid
Miriam Zorelle Pinto

ÍNDICE

1. Xustificación.....	3
2. Contexto.....	4
3. Contexto curricular.....	5
4. Actividades a realizar.....	6
a. Póster introductorio.....	6
b. Bloque temático Alimentación.....	6
c. Bloque temático Deporte.....	10
d. Bloque temático Hixiene.....	12
e. Actividades combinadas.....	12
5. Conclusións.....	15
6. Referencias bibliográficas.....	16

1. XUSTIFICACIÓN

O proxecto dixital escollido é a elaboración dunha secuencia didáctica baseada na Pizarra Dixital Interactiva (PDI). Un dos diversos motivos polos que nos decantamos por isto é que consideramos que aínda hai moitos/as docentes que só botan man dos recursos analóxicos, de forma que os nenos e nenas, xeralmente, desconectan máis rápido, pois abúrense á mínima.

Así, coa utilización da PDI, o alumnado atenderá máis, pois parécelle máis divertido e entretido que o feito tradicionalmente. Deste xeito, poderá aprender os mesmos contidos, pero dunha forma máis amena e lúdica. Deste xeito, con este proxecto saíremonos da monotonía dos libros de texto analóxicos e as clases maxistrais.

Así mesmo, como futuros/as docentes darémoslle bastante máis uso do que se fai na actualidade, xa que cremos que dentro duns anos se van acabar substituíndo totalmente os libros de texto analóxicos por recursos dixitais (tablets ou ordenadores). Isto débese a que a tecnoloxía e a ciencia avanzan a pasos cada vez máis axigantados. Coa utilización da Pizarra Dixital Interactiva, o alumnado poderá, ademais de aprender contidos, realizar actividades e xogos que os libros de texto non lles permiten.

Por outra banda, o tema escollido é o dos hábitos de vida saudables, entre os que destacamos o deporte, a hixiene, e, sobre todo, unha alimentación equilibrada, entre outros aspectos. Un dos motivos polos que finalmente nos decantamos por esta temática é que o consideramos un tema moi importante para todas as persoas, pero sobre todo para os nenos e as nenas.

Así, coa utilización da PDI, fomentaremos, entre outros, a actividade física, unha alimentación equilibrada e unha boa hixiene. Isto facémolo para que sexan conscientes de que todo o que facemos de pequenos/as ten repercusión no noso futuro. Desta maneira, aprenderán que se levan unha vida activa e sana poderán previr, entre moitos outros, trastornos alimenticios como a obesidade e a bulimia ou enfermidades como a diabetes. Ademais, tamén lles queremos transmitir que un/unha se sente moito mellor tanto física como psicoloxicamente se leva unha alimentación sana e equilibrada e se, ademais, realiza algún tipo de exercicio físico.

Finalmente, cabe dicir que a nosa secuencia didáctica para a PDI estará organizada por temática e non por cursos. Así, despois do póster dixital, que contén diversos recursos xa existentes na rede como vídeos didácticos, páxinas web e xogos educativos, propoñeremos primeiro recursos e actividades relacionadas coa alimentación; despois centraremonos no tema do deporte; a continuación, falaremos un pouco sobre hixiene; e, finalmente, poderemos atopar unha serie de actividades e/ou recursos a modo de repaso cunha mestura de todos os temas, é dicir, actividades combinadas. Ademais, dentro de cada temática, os recursos e actividades estarán xerarquizados/as por nivel de dificultade, é dicir, de menor a maior dificultade para os nenos e nenas.

2. CONTEXTO

O centro no que levaríamos a cabo o noso proxecto sería un colexio público situado en Lalín, nun entorno semi-urbano. Este ten o tamaño suficiente para acoller arredor de 300 estudantes de todas as idades.

No noso caso, a proposta didáctica levaríase a cabo no curso de 4º de Educación Primaria, é dicir, para todo o alumnado de 9 e 10 anos, de todas as liñas que teña o centro. Cabe destacar que entre eles atopamos dous nenos repetidores deste curso. O alumnado está case todo na media, agás estes últimos, que necesitan reforzo en Lingua e literatura e en Matemáticas. Ademais, contamos cun neno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividade (TDAH) con predominio inatento e unha nena con Dificultades específicas de escritura.

Polo que respecta ao **desenvolvemento cognitivo**, en xeral, os nenos e nenas, cando chegan aos nove anos: saben que os obxectos teñen usos e poden clasificarse en diferentes categorías, poden ler e entender frases de ata 12 palabras, poden sumar e restar números de dúas cifras, entender fraccións, gústalles organizar e mesmo facer plans por adiantado con amigos, pensan de forma independente, e, por último, poden realizar tarefas e proxectos escolares cada vez máis complexos, como informes de libros.

Para rematar, en canto ao **desenvolvemento social**, para cando acadan os 9 anos de idade, en xeral, os cativos e cativas: recoñecen normas sociais básicas e a conduta adecuada, poden controlar o seu enfado a maior parte do tempo, teñen amizades cariñosas e sólidas, e adquiriron un forte sentido da empatía, que consiste en entender os sentimentos dos demais e ser sensibles aos mesmos. Ademais, teñen emocións máis estables que o ano anterior. Os cambios de ánimo aínda poden darse, pero sen tanta frecuencia como antes. En xeral, as nenas e os nenos desta idade superaron a maioría dos medos que son comúns na primeira infancia. Sen embargo, frecuentemente comezan a ter máis ansiedade ante situacións comunmente estresantes, como o rendemento escolar. Finalmente, cabe dicir que teñen curiosidade sobre as relacións entre os nenos e as nenas. Poucos admiten este interese.

3. CONTEXTO CURRICULAR

3.1. Obxectivos xerais (LOMCE, 2013)

i) Iniciarse na utilización, para a aprendizaxe, das tecnoloxías da información e da comunicación, desenvolvendo un espírito crítico ante as mensaxes que reciben e elaboran.

k) Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

3.2. Competencias clave (LOMCE, 2013)

- 3º. Competencia dixital (CD)
- 4º. Aprender a aprender (CAA)
- 5º. Competencias sociais e cívicas (CSC)

3.3. Área (LOMCE, 2013)

- Ciencias da natureza / Educación Física

4. ACTIVIDADES A REALIZAR

4.1. PÓSTER introductorio ás actividades multimedia

Actividade 1: <u>Póster dixital</u>	
Breve descrición: O alumnado consulta os diversos recursos que contén o póster dixital (vídeos educativos, páxinas web e xogos didácticos e interactivos) para informarse sobre o tema e logo poder realizar as actividades multimedia interactivas creadas.	
Recursos utilizados: Recurso creado con <u>Genially</u> , polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet.	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☒ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☒ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

4.2. Bloque de actividades e recursos relacionados coa ALIMENTACIÓN

Actividade 2: <u>Puzzle “Alimentación saludable”</u>	
Breve descrición: Actividade multimedia interactiva, que consiste en formar un puzzle deslizando as pezas, que están numeradas para que lles sexa máis sinxelo aos nenos e nenas, ata formar a imaxe que aparece á marxe esquerda: un corazón de froitas e verduras acompañado das palabras “Alimentación saludable”.	
Recursos utilizados: Actividade creada con <u>Proprofs</u> , polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☒ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☒ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☒ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	10 minutos aprox.

Actividade 3: Videocómic sobre a alimentación	
Breve descrición: trátase dun breve vídeo feito con Movie Maker que vai presentando as viñetas dun cómic realizado a man para que, coa súa reprodución, o alumnado poida aprender sobre hábitos de alimentación saudables. Así, tras a visualización deste vídeo, mandaríase ao alumnado realizar o seu propio cómic, pero esta vez tratando os alimentos máis favorables para a nosa saúde.	
Recursos utilizados: para poder ver este videocomic só é necesario contar cun dispositivo tecnolóxico con acceso á rede. Pódese atopar o vídeo no noso blog ou tamén no noso canal de Youtube. Ademais disto, facilitaríamoslle todos os materiais necesarios aos nenos/as para que realizasen eles o seu cómic.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A duración do vídeo é de 1 mín e 12 segundos, e para realización do seu propio cómic deixariámolles 3 sesións de clase.

Actividade 4: Adiviñanza: Froita	
Breve descrición: Unha simple adiviña sobre un alimento saudable.	
Recursos utilizados: precísase un dispositivo electrónico e conexión a Internet.	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☒ Outro: casa
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	3 minutos

Actividade 5: Test / Cuestionario sobre a alimentación	
Breve descrición: trátase dun test sobre preguntas relacionadas cunha alimentación equilibrada, no que o alumno/a ten que escoller a resposta correcta ou a resposta verdadeira ou falsa (True/False).	
Recursos utilizados: para a súa realización, é necesario un dispositivo tecnolóxico e tamén acceso a Internet, en concreto á páxina de Kubbu, que é a aplicación onde creamos esta actividade.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:

Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A actividade non conta con tempo límite para a súa realización; polo tanto, duración indefinida, a que lle faga falta ao alumnado

Actividade 6: [Crucigrama hábitos de vida saudables](#)

Breve descripción: O/a docente entregaralle un crucigrama impreso a cada alumno e alumna. Este consiste en adiviñar diferentes palabras relacionadas cos hábitos de vida saudables a partir das definicións que aparecen debaixo.

Recursos utilizados: Actividade creada con [Crossword Puzzle Games](#).

Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

Actividade 7: [Ruleta de palabras sobre a gastronomía galega](#)

Breve descripción: Actividade multimedia interactiva que consiste nunha ruleta de palabras -ou roscos para os fans de Pasapalabra-. Os alumnos/as deben adiviñar que palabra ou palabras se agochan tras a definición ou a imaxe. Cada unha contén ou comeza por unha letra do alfabeto. Todas teñen que ver con comidas ou pratos típicos de Galicia. Aos 5 erros, deberase comezar de novo.

Recursos utilizados: Actividade creada con [Educaplay](#), polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet.

Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☒ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☒ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	3 minutos 25 segundos

Actividade 8: Sopa de letras sobre froitas e hortalizas	
Breve descrición: O/a docente entregaralle ao alumnado unha sopa de letras impresa e este terá que atopar as 27 palabras que aparecen debaixo desta. Todas elas son nomes de froitas e hortalizas.	
Recursos utilizados: Actividade creada con Puzzle maker .	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☒ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre tutor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

Actividade 9: Webquest sobre os inconvenientes do azucre	
Breve descrición: Por grupos de non máis de catro persoas, o alumnado consultará, nos recursos facilitados, información sobre os inconvenientes do azucre e as consecuencias do seu consumo excesivo, para despois poder elaborar/deseñar un folleto, infografía ou tríptico e expoñelo, ademais de repartilo por todo o centro.	
Recursos utilizados: Recurso creado con Google Sites , polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet.	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre tutor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

4.3. Bloque de actividades e recursos relacionados co **DEPORTE**

Actividade 10: Videotutorial deporte	
Breve descrición: tras a visualización deste videotutorial, o alumnado podería debater sobre se fan exercicio ou algún deporte, e en tal caso, cal e con que frecuencia.	
Recursos utilizados: Para a elaboración do vídeo empregamos unha cámara, e posteriormente subímolo ao noso blog , así como ao noso canal de Youtube . Para a súa visualización, cómpre un dispositivo electrónico (móbil, tablet, ordenador...), así como conexión a Internet.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☒ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	O vídeo ten unha duración de 51 segundos. Deixaríamoslle entre 5 e 10 minutos para debater en pequenos grupos.

Actividade 11: Adiviñanza deporte	
Breve descrición: O alumnado terá que intentar adiviñar unha palabra relacionada co deporte a través dunha imaxe borrosa. Contan coa axuda de tres pistas, e a medida que as van empregando, a imaxe vaise vendo con máis facilidade.	
Recursos utilizados: Actividade realizada con Educaplay , polo que o alumnado precisará dun dispositivo electrónico (tableta, ordenador, etc.) para poder acceder a ela, ademais de conexión a Internet.	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☒ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	2 minutos e 10 segundos

Actividade 12: Cuestionario sobre deportes	
Breve descrición: Trátase dun test sobre distintos deportes.	
Recursos utilizados: cómpre un dispositivo electrónico e conexión a Internet, pois creamos a actividade en Educaplay .	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☐ Outro:

Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☒ Outro: casa
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro: especificar
Duración da actividade	5 minutos

Actividade 13: <u>Ordena as letras ata crear a palabra relacionada do deporte</u>	
Breve descrición: trátase de ordenar as letras que van aparecendo para así pouco a pouco crear palabras que están relacionadas co deporte.	
Recursos utilizados: para a súa realización só será necesario ter un dispositivo tecnolóxico e acceso á rede para poder acceder a páxina de <u>Proprofs</u> , que foi onde creamos a actividade.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☒ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A actividade ten como tempo límite 10 minutos.

Actividade 14: <u>Sopa de letras sobre os deportes</u>	
Breve descrición: Actividade multimedia interactiva que consiste en atopar nunha sopa de letras os doce deportes que figuran á marxe dereita.	
Recursos utilizados: Actividade creada con <u>Educaplay</u> , polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☐ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☒ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☒ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	3 minutos 40 segundos

4.4. Bloque de actividades e recursos relacionados coa HIXIENE

Actividade 15: Cómic sobre a Hixiene	
Breve descrición: trátase da lectura dun cómic sobre a hixiene para que o alumnado aprenda sobre este tema. Posteriormente á lectura das viñetas, os nenos/as elaborarían o seu propio cómic (en Pixton ou a man).	
Recursos utilizados: para o seu uso só será necesario ter un dispositivo tecnolóxico e acceso á rede para poder acceder ao noso blog e poder abrílo. Ademais diso, facilitaríanselle as instrucións para a realización do seu propio cómic.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre tutor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A actividade non ten tempo límite para a súa realización; polo tanto, cada neno empregará o tempo que lle faga falta.

4.5. Bloque de actividades e recursos variados/combinados

Actividade 16: Une as palabras	
Breve descrición: trátase dunha actividade multimedia na cal o alumnado deberá unir as palabras que pertencen ao mesmo campo semántico.	
Recursos utilizados: para a súa realización só será necesario ter un dispositivo tecnolóxico e acceso á rede para poder acceder a páxina de Educaplay , que foi onde creamos a actividade.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre tutor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A actividade ten como tempo límite 3 minutos.

Actividade 17: Cuestionario sobre alimentación	
Breve descripción: Actividade multimedia que consiste na realización dun cuestionario ou test, no cal os nenos e nenas poden atopar tanto preguntas de Verdadeiro ou Falso (True/False), como adiviñas ou preguntas de resposta curta.	
Recursos utilizados: Actividade creada con Kubbu , polo que os nenos e nenas necesitan un dispositivo electrónico (ordenador, tablet...) para poder acceder a el, así como conexión a Internet. Sen embargo, tamén se pode imprimir e dar en man para que o fagan a lapis/boli e despois corrixilo, xa sexa entre todos ou por parte de profesor/a.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☒ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	5 minutos

Actividade 18: Sopa de letras: Hábitos saudables	
Breve descripción: Trátase dunha sopa de letras sobre hábitos de vida saudables.	
Recursos utilizados: proporciónase ao alumnado unha folla impresa coa actividade para que a faga con lapis/bolígrafo, de forma que non necesitan ningún tipo de dispositivo electrónico nin conexión a Internet.	
Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	15 minutos

Actividade 19: “O aforcado”	
Breve descripción: O alumnado terá que intentar completar os ocos con vogais e consoantes ata chegar a unha palabra e evitar que se forme a figura dun home aforcado. Todas as palabras están relacionadas cos hábitos de vida saudables. Algunhas delas son: saúde, alimentación e hixiene, entre outras.	
Recursos utilizados: Actividade creada con ProProfs , polo que o alumnado precisará dun dispositivo electrónico (tableta, ordenador, etc.) para poder acceder a ela, ademais de conexión a Internet.	
Lugar de realización	☐ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☒ Rincón TIC ☒ Outro: casa

Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

Actividade 20: [Crucigrama hábitos de vida saudables](#)

Breve descrición: O/a docente entregaralle un crucigrama impreso a cada alumno e alumna. Este consiste en adiviñar diferentes palabras relacionadas cos hábitos de vida saudables a partir das definicións que aparecen debaixo.

Recursos utilizados: Actividade creada con [Crossword Puzzle Games](#).

Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC Outro: casa
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☐ Pequeno grupo ☐ Parellas ☒ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	Indefinida

Actividade 21: [Crucigrama hábitos de vida saudables](#)

Breve descrición: trátase de realizar un crucigrama sobre palabras variadas que se relacionan cos distintos hábitos de vida saudables, mediante pistas verbais (definicións) ou imaxes.

Recursos utilizados: para a súa realización só será necesario ter un dispositivo tecnolóxico e acceso á rede para poder acceder a páxina de [Educaplay](#), que foi onde creamos a actividade.

Lugar de realización	☒ Aula ordinaria ☐ Biblioteca ☐ Aula de usos múltiples ☐ Rincón TIC ☐ Outro:
Persoal	☒ Mestre titor ☐ Mestre de apoio (PT ou AL) ☐ Especialista ☐ Persoal de asociación ☐ Familias ☐ Outro:
Agrupamento do alumnado	☐ Gran grupo ☒ Pequeno grupo ☐ Parellas ☐ Individual ☐ Outro:
Duración da actividade	A actividade ten como tempo límite 3 minutos.

5. CONCLUSIONES

Para concluír, consideramos que o tema que eliximos é moi importante na actualidade xa que existen diversos tipos de trastornos alimenticios que se relacionan cos hábitos de vida saudables, entre os cales podemos destacar a obesidade, a bulimia ou a diabetes. Ademais, a falta de hixiene tamén pode conlevar enfermidades como as caries, os virus e as gripes. Así, cos consellos que fomos dando ao longo do noso proxecto, podemos contribuír a previr este tipo de problemas nas novas xeracións, pois na escola os nenos e nenas aprenden moito, e como docentes poderíamos conciencialos dunha forma divertida, lúdica e amena.

Ademais de centrarnos na concienciación dos nenos/as, temos algo moi claro, e é que as novas tecnoloxías son o futuro da educación. Sendo profesoras e profesores que ensinan a nativos dixitais, pensamos que un dos mellores xeitos de conectar con eles e con elas é empregando as TIC, xa que como puidemos comprobar son de fácil uso e teñen moi boa accesibilidade para todas as idades. Con esta conexión poderíanse solucionar moitos problemas de fracaso e/ou abandono escolar, xa que, como destacamos anteriormente, a través das ferramentas TIC, poderíamos deseñar e realizar tarefas lúdicas e amenas para o alumnado.

Por outra banda, coa realización do proxecto descubrimos moitos recursos que nos serán moi útiles para a nosa función docente: realización de fichas, recursos audiovisuais, sopas de letras, crucigramas, ruletas de palabras, etc.

Así mesmo, todos/as estamos de acordo en que, malia as dificultades que tivemos ao comezo do cuadrimestre, finalmente soubemos levar a cabo tanto o blog como o proxecto da secuencia didáctica na PDI da mellor maneira posible. Ao principio do cuadrimestre íbamos con certo atraso con respecto a algúns grupos, mais conseguimos poñernos ao día grazas ao noso esforzo e dedicación, así como a boa coordinación e cooperación entre nós. Cabe dicir que sempre que se nos presentou un problema a algún ou algunha de nós soubemos axudarnos mutuamente, polo que pensamos que esa foi a clave do noso grupo, a cooperación.

Por último, queremos destacar que tamén aprendemos que a cuestión non é ensinar os medios, senón ensinar cos medios, é dicir, que o proceso de ensinanza-aprendizaxe será moito máis eficaz se empregamos os recursos directamente en vez de soamente explicalos.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Decreto 105/2014, do 4 de setembro, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia. *Diario Oficial de Galicia*. Galicia, 9 de setembro de 2014, núm 171, pp. 37406-38087. Recuperado de: https://www.edu.xunta.gal/portal/sites/web/files/protected/content_type/advertisement/2014/09/09/20140909_curriculo_primaria.pdf

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre de 2013, para la Mejora de la Calidad Educativa. *Boletín Oficial del Estado*. Madrid, 10 de diciembre de 2013, núm 295, pp. 97858-97921. Recuperado de: <https://www.boe.es/boe/dias/2013/12/10/pdfs/BOE-A-2013-12886.pdf>