



Alimentación Saludable y Sostenible

I.E.S. Pablo Serrano
Zaragoza (Las Fuentes)

Guía didáctica

Certamen Cine y Salud

Categoría A: Aula Aragonesa

Estudiantes ESO de Centros Educativos Aragoneses

Modalidad: Cortometraje

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Vivimos en una sociedad cuyos cambios culturales y sociales repercuten en hábitos poco saludables, como dedicar poco tiempo a la compra, preparación y elaboración de alimentos. Además consumimos muchos alimentos “fast food”. Por otro lado, sabemos que el 42% de las muertes de nuestro país son de origen cardiovascular y están ligadas a alimentaciones poco saludables. Por ello, existe la necesidad de realizar una guía comprensible y asequible para todos los públicos, en este caso el **Plato de Harvard**. No se trata de una dieta, sino de una base que nos permite distribuir nuestras comidas de forma saludable para nuestro cuerpo.

ALGUNAS CUESTIONES Y TAREAS

NOTA: Se pueden suprimir o añadir preguntas y tareas en función de lo que se quiera trabajar...

1. ¿Te ha gustado? (En general)
2. ¿Qué es lo que más te ha gustado?
3. ¿Y lo que menos?
5. ¿Crees que te ha transmitido algún mensaje o idea central? Si es así, ¿Cuál es?
6. ¿Sabes lo que es la técnica del “Stop motion”? Si no la conoces, puedes buscarlo en internet y hacer un pequeño resumen.
7. ¿Cuántas fotografías crees que se han tenido que realizar para hacer este trabajo?
8. ¿Qué es para ti el comercio de proximidad? ¿Sabes dónde está el mercado de tu barrio?
9. ¿Hay mucha diferencia entre lo que comes diariamente y las proporciones que nos plantea el plato de Harvard? Intenta explicar esas diferencias...
10. ¿Puedes poner en práctica el Plato de Harvard hoy mismo? ¿Cómo lo puedes hacer? Cuantos más detalles puedas ofrecer, mejor... y si haces una foto y la compartes... ¡tienes premio! (ya pensaremos cual...)
11. ¿Puedes hacer nuevas propuestas de platos? Y lo mismo que antes..., si els haces una foto la compartes con el hastag #recetasserranas #alimentaciónsaludable #platosaludable #harvardhealth... ¡otro premio más...! (ya pensaremos cual...)

OTRAS POSIBLES CUESTIONES RELACIONADAS CON ASIGNATURAS, COMPETENCIAS, TUTORÍA O ELEMENTOS TRANSVERSALES...

Material elaborado por el I.E.S PABLO SERRANO