







ODS 3: Salut i benestar



Activitat 2: VOLEM SER SALUDABLES!

Cicle superior de l'educació primària

 Descripció	A partir d'unes imatges, es busquen maneres de ser més saludables.
 Materials	<ul style="list-style-type: none"> • Cinc imatges • Làmines de dibuix
 Durada	<ul style="list-style-type: none"> • 2 sessions de 45 minuts.
 Objectius	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre l'ús dels aparells electrònics. • Fer-se conscients de la importància d'una alimentació saludable i equilibrada. • Conèixer les normes de seguretat quan es fan servir els mitjans de transport habituals. • Reafirmar la necessitat de fer esport i gaudir de l'aire lliure per al propi benestar físic i mental.
 Orientacions pel mestre	<p>Comenceu la sessió amb la lectura de la definició sobre l'ODS 3. Feu una conversa prèvia a l'activitat en la que es plantegin les preguntes següents per assegurar la màxima comprensió:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Què significa la planificació familiar? Per què és important? • Què enteneu per portar un estil de vida saludable i què feu per dur-lo a terme? • Prevenció: explicació del concepte i alguns exemples. • Què és un sistema de salut públic universal. Explicació del concepte.
 Agrupament	5 grups de 5 alumnes.



Instruccions per al desenvolupament

- Després de llegir la definició i aclarir els conceptes de l'ODS3, feu 5 grups i repartiu una imatge a cada grup .
- Imatge 1: Un nen al llit a punt de dormir jugant amb la tauleta electrònica.
- Imatge 2: Una família en un cotxe on els dos nens van al darrere sense cordar-se el cinturó de seguretat.
- Imatge 3: Un mateix nen que cada dia de la setmana esmorza donuts, crusans o pastissos.
- Imatge 4: Uns nens que piquen a la porta d'un altre per convidar-lo a que surti a jugar. El nen respon que s'estima més quedar-se a casa jugant sol a l'ordinador.
- Imatge 5: Un nen que està a l'entrada del poliesportiu i plora. Li diu al seu pare, que l'acompanya, que no vol entrar perquè està cansat i vol mirar la tele.
- Els grups han d'observar la imatge que els ha tocat. Discuteixen quin és el problema i busquen una solució. L'han de dibuixar en una làmina de dibuix.
- Cada grup presenta la seva làmina a la resta dels companys.
- Exposeu les làmines.