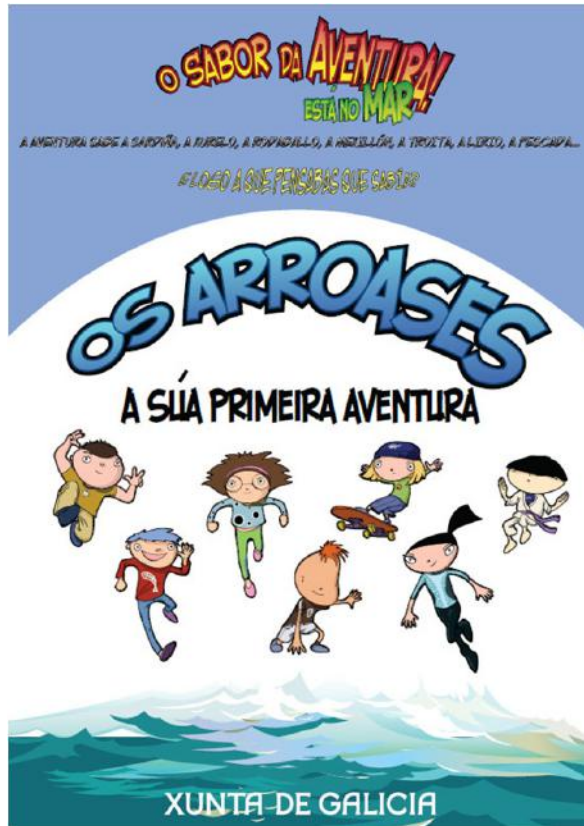


EDITA: Xunta de Galicia. Consellería do Medio Rural e do Mar
LUGAR: Santiago De Compostela
ANO: 2014
D.L.: 289-2015



PRESENTACIÓN

Esta unidade didáctica está deseñada como complemento educativo da lectura do conto "Os Arroases. A súa primeira aventura":



Os principais aspectos do currículo educativo que o profesor ou a profesora pode abordar dende esta unidade son:

OBXECTIVOS

Céntranse en transmitir aos escolares da Educación Primaria a importancia do peixe e do marisco na dieta en relación coas súas propiedades nutricionais e, por esta razón, promover o seu consumo. Ademais, facer fincapé no coñecemento das especies e no papel que teñen os consumidores coa súa elección para a sostibilidade e a preservación dos recursos mariños. Por último, salienta a importancia económica do sector na nosa Comunidade, tanto polo emprego de profesionais do mar como polo seu volume de negocio.

COMPETENCIAS BÁSICAS

- * Competencia na comunicación lingüística. Comprensión lectora e expresión escrita.
- * Competencia no coñecemento e na interacción co mundo físico. Contidos relacionados co mundo da pesca, do transporte e da preparación dos produtos do mar.
- * Competencia cultural e artística. O alumnado desenvolverá a súa creatividade e as súas habilidades artísticas coas actividades propostas.
- * Autonomía e iniciativa persoal. Novos coñecementos sobre o valor do peixe e do marisco que lles permitan tomar decisións en relación ao seu consumo.

CONTIDOS CURRICULARES

Aínda que os contidos da unidade didáctica se poden tratar dende o punto de vista das diferentes áreas do coñecemento, recollemos deseguido aqueles relacionados coa área de coñecemento do medio natural, social e cultural por seren os máis directamente conectados coa área de maior implicación.

CONTIDOS

Segundo Ciclo de Primaria:

- * Valoración dos hábitos de hixiene persoal, de descanso, de alimentación equilibrada e de exercicio físico axeitado para unha vida saudable.
- * Análise das dietas equilibradas. Clasificación dos alimentos en función dos nutrientes principais e identificación de sistemas de conservación alimentaria.
- * Identificación de animais e plantas como seres vivos.
- * Recoñecemento das principais características dos animais vertebrados e dalgúns invertebrados. Clasificación dos animais a partir de características observables.
- * Valoración da importancia da existencia de animais e plantas para as persoas.
- * Interese e compromiso para a conservación e o coidado dos animais e das plantas do propio ámbito.
- * Identificación de formas de actividade económica do ámbito próximo (traballo, profesións, produción): observación e análise de produtos de consumo habitual no propio ámbito e dos lugares da súa comercialización (mercados, lonxas...), depuradoras de molusco, fábricas de conserva, cecedeiros, cetarias...

Terceiro Ciclo de Primaria:

- * Recoñecemento da nutrición como unha función vital para os seres humanos.
- * Valoración positiva dos hábitos de hixiene e dos estilos de vida saudable.
- * Aceptación e práctica de normas sociais referidas á saúde, á hixiene, á alimentación, á protección e á seguridade persoal.
- * Valoración de actuacións que contribúen á conservación do medio e á sostibilidade.
- * Valoración da influencia do desenvolvemento tecnolóxico nas condicións de vida e de traballo.

1- Lectura das páxinas 1 e 2 do conto

Tras a lectura destas páxinas do conto tentaremos saber se os contidos destas quedaron claros a través das seguintes preguntas:

- * En que lugares se desenvolve a historia?
- * Cantos son e como se chaman os nosos protagonistas?
- * Rodea cun círculo os adxectivos que cres que describen o estado dos protagonistas: cansos, nerviosos, valentes, tranquilos, áxiles, torpes, enérxicos, activos, ruidosos, concentrados, temerosos, etc.
- * Cales poden ser as razóns de que os nosos protagonistas se atopen así?

Actividade relacionada: Así me sinto eu

TEMAS QUE APARECEN NESTAS PRIMEIRAS DÚAS PÁXINAS

Os nosos protagonistas non se atopan no seu mellor momento. Aínda que deberían estar vitais e activos, todos eles notan algúns síntomas que non saben moi ben a que responden. Por se fose pouco, un acontecemento inesperado cruzouse nas súas vidas, o varamento dun arroaz ao que deben botar unha man, co que terán que poñer a proba non só a súa destreza física senón tamén mental.

Con esta actividade abórdase o estado físico e mental dos protagonistas mediante unha adaptación do xogo “*tabú*”. Divídese a clase en dous grupos. Un membro dun equipo terá que conseguir que os seus compañeiros acerten unha palabra, cun tempo límite. Poderá explicalo do xeito que queira, pero sen empregar unha serie de palabras que son “*tabú*”. Ao rematar o tempo a quenda pasa ao seguinte grupo que continuará o xogo con outra palabra.

Palabra: Canso Tabús: moito, traballo

Palabra: Aburrido Tabús: canso, farto

Palabra: Nervioso Tabús: inquedo, desacougado

Palabra: Torpe Tabús: lento, tropezar

Palabra: Desconcentrado Tabús: concentrado

Palabra: Desconcertado Tabús: abraiado

Despois os alumnos poden debater entre todos cales son os hábitos que levaron os personaxes á súa situación actual.

2- Lectura das páxinas 3 e 4

Tras a lectura das páxinas 3 e 4 do conto tentaremos saber se os contidos destas quedaron claros a través das seguintes preguntas:

- * Neste momento do conto apareceu un novo personaxe moi relevante, de quen estamos a falar?
- * Como o describirías?
- * Coñeces algunha persoa que viva da pesca no mar? Parécese a este personaxe que vimos de coñecer?
- * Ordena a secuencia do salvamento do arroz:
 - o Clara e Hugo estenderon o arroz sobre unhas rochas planas próximas
 - o Mencía, Serxio e Andrés déronlle as indicacións a Luís para achegar o barco ás rochas
 - o Luís estendeu o guindastre, e Clara e Hugo engancharon os cabos á rede
 - o Elsa e Miguel guiaron o arroz cara á rede
 - o Luís subiu o brazo do guindastre e ergueu a rede co arroz atrapado nela
- * De cando en vez saltan á prensa novas de varamentos de mamíferos mariños na costa. Por que acontecen? Alguén ten algunha resposta clara para estes sucesos?

Actividade relacionada: Barco de baixura

Luís é o capitán dun barco de pesca de baixura. Son os barcos que pescan no litoral máis próximo ás nosas costas. A pesca de baixura é unha pesca artesanal, moi respectuosa co medio mariño, practicada laboriosamente por mariñeiros que parten a realizar a súa tarefa nas primeiras horas da mañá e volven ao porto ao longo do día, para venderen na lonxa o peixe máis fresco. Os seus barcos e as súas artes de pesca son fundamentais para estas capturas, polo que os vemos a miúdo nas tardes ou cando hai temporal no mar a se esforzaren por telos sempre a punto, sempre dispostos para a seguinte xornada laboral. É un traballo moi duro que non sempre está valorado polos consumidores.

No texto menciónanse esta serie de palabras relacionadas co barco de Luís. Pediremos aos alumnos que as coloquen onde corresponda no debuxo:

Ponte, popa, rede, cuberta, babor, estribor, guindastre, motor, amarras, bitas, cabos...

Propoñemos aos alumnos a lectura das seguintes notas de prensa para comezar un debate na clase sobre a pesca de baixura:

“La bajura defiende su sistema de faena como el único que puede asegurar una pesca sostenible” *La Voz de Galicia* -1/5/2010-

http://www.lavozdeg Galicia.es/galicia/2010/05/01/0003_8454574.htm

“Galicia agrupa la mitad del empleo destruido en la pesca española” -“Greenpeace alerta del impacto de la desintegración de la actividad artesanal” *La Voz de Galicia* - 7/5/2013-

http://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/economia/2013/05/07/galicia-agrupa-mitad-empleo-destruido-pesca-espanola/0003_201305G7P329911.htm

Completa estas informacións coa que amosa esta páxina web:

<http://deondesenon.xunta.es/gl/>

Máis recursos:

<http://www.greenpeace.org/espana/es/Blog/del-mar-al-puerto-y-del-puerto-al-plato/blog/40885/>

http://www.wwf.es/que_hacemos/mares_y_costas/nuestras_soluciones/pesca_sostenible/reserva_de_lira_galicia/una_iniciativa_innovadora_y_de_futuro/

3- Lectura das páxinas 5 e 6 do conto

Tras a lectura das páxinas 3 e 4 do conto tentaremos saber se os contidos destas quedaron claros a través das seguintes preguntas:

- * Ordena a “ruta” que segue o peixe dende o mar ata a túa mesa:
 - o Consumidores
 - o Distribuidores para a industria alimentaria/distribuidores almacenistas
 - o A lonxa
 - o Peixes no mar
 - o Barco de pesca
 - o Peixarías ou grandes superficies comerciais

- * Subliña o significado correcto de “banco” na lectura:
 - o Conxunto de peixes que van xuntos en gran número
 - o Asento, con respaldo ou sen el, no que poden sentar varias persoas
 - o Institución que realiza operacións comerciais cos cartos e cos títulos que os representan, como investimentos, créditos, aforros, pagos, etc.

- * En que mudou a alimentación dos nosos protagonistas tras varios días ao visitaren o porto e a Luís?

Actividade relacionada: Peixe na mesa

Rodaballo, troita, xurelo, pescada, sardiña, lirio e mexillón son as 7 especies que incorporaron á súa dieta os nosos protagonistas. Saberías identificalas?

Deseguido os alumnos disporanse en sete grupos na clase, un por especie. Cada grupo debe confeccionar cadanseu mural expositivo sobre a especie que lle tocou. Como mínimo, cada mural debe conter a seguinte información:

- O noso protagonista. Imaxes, ilustracións, etc.
- Lugares onde se pesca ou cultiva
- Técnicas de pesca que se empregan para a súa captura ou métodos de cultivo
- Beneficio nutritivo
- Prezo (Euro/Kg)
- Receitas

Actividade relacionada: Colaxe de conservas

O peixe e o marisco pódense cocíñar e consumir de moitos xeitos: en fresco, logo de ser conxelados no propio barco, en salgadura, en atmosfera controlada, curtidos, afumados, etc. Pero Galicia é un lugar de referencia mundial nun tipo de comercialización e consumo de peixe e marisco: as conservas. Son prácticas, saborosas, saudables e co seu consumo contribuímos a favorecer un sector moi importante da nosa economía.

Como se envasan tantas especies na nosa Comunidade, proporemos aos alumnos recoller todas as caixas de conservas que consuman nas súas casas para confeccionaren unha divertida colaxe. Entre todos poden xuntar un número sorprendente de caixas diferentes. Deseguido realizaremos a seguinte análise:

De que alimento son? De cal teñen máis envases? Quere isto dicir que á nosa clase lle gusta máis esa conserva ou puideron influír outras cuestións tamén? (Por exemplo, o prezo, ou que se envase máis cantidade dese alimento porque as súas capturas son maiores...) Cal pode ser a razón? Hai algunha conserva que guste máis aos pais ou ao resto da familia e outras que lles gusten máis aos alumnos?

Moi importante: mirando a información da caixa, onde se envasaron? Podemos investigar, ademais, a procedencia do alimento? Isto é moi relevante porque é un instrumento que teñen os consumidores para favoreceren a nosa economía. Como consumidores (e os alumnos son parte das decisións que se toman nos seus fogares) debemos ser críticos e exixentes, e revisarmos as nosas eleccións cando mercamos é un primeiro paso decisivo.

Despois desta análise xa sabemos moito máis das nosas conservas. Os nosos alumnos poden facer xa con estes criterios colaxes moi interesantes, non si?

Este enderezo é unha divertida páxina onde atopar máis información sobre as conservas:

www.ponlleaspilasaoteubocata.com

Podes atopar ademais máis recursos nestas outras páxinas web:

www.anfaco.es

<http://mediorural.xunta.es/>

4- Lectura das páxinas 7, 8 e 9 do conto

Tras a lectura das páxinas 7,8 e 9 do conto tentaremos saber se os contidos destas quedaron claros a través das seguintes preguntas:

- * Salvar un arroz dun varamento non é unha tarefa sinxela. Ademais de forza precísase ter a mente lúcida e empregarse a fondo. Cambiaron os personaxes dende o comezo da historia? Como? Cres que a fortaleza mental e a física adoitan ir xuntas? De que dependen ambas as dúas?
- * Que materiais empregan os protagonistas para salvaren o arroz?
- * Explica a que cres que é debido o cambio nos nosos protagonistas

Actividade relacionada: marcapáxinas

Unha dieta que conteña peixe e marisco é fundamental para estarmos e sentírmonos sans. Un neno debe tomar catro porcións de peixe á semana (sendo a porción recomendada de entre 100 e 120 gramos de peixe limpo (dependendo da constitución física, da actividade...). Non é demasiado se estamos a pensar na saúde!

Tanto a nosa fortaleza mental como a física depende de levarmos unha dieta equilibrada e de facermos exercicio físico e intelectual! Por isto, a continuación propoñémoslles aos alumnos realizar un divertido marcapáxinas.

Rapaces, como vós sodes moi lectores, esta é a idea!: Imos facer un marcapáxinas tan colorido como queiramos (sexamos creativos!), que ademais teña un cuño (unha forma) que represente un dos protagonistas e, por último, reparade que impreso conteña unha mensaxe saudable moi apetecible...

Perfecto!, xa temos un divertido traballo por diante...

Actividade relacionada: obra de teatro

Tres ideas ben claras son fundamentais:

1) Para alimentármonos de xeito saudable é moi importante que o peixe e o marisco formen parte da nosa dieta. A sorte é que hai unha morea de especies e de xeitos de preparalo para o consumo, o que nos permite que non nos aburramos nunca ao comelo.

2) Un dos xeitos máis estupendos de consumilo é en conserva. Á parte da súa gran variedade, de seren moi suculentas e sas, favorecen a nosa economía porque en Galicia producimos moitas das mellores conservas do mundo.

3) Un consumo responsable sempre ha ser sostible porque o medio debe ser unha prioridade na nosa elección como consumidores. A orixe das capturas pode ser unha boa pedra de toque para comezarmos a nosa educación como consumidores.

A partir dos textos do conto e dos diálogos dos personaxes propoñémoslles aos alumnos facer unha sinxela e divertida obra de teatro. Por que non representala na entrada do comedor do colexio? Ou en diferentes aulas en varios días? O importante é que a mensaxe dos arroases sobre o saudable que é consumir peixe chegue a todos os compañeiros do cole...

Actividade relacionada: a seguinte aventura escríbela ti

A forza e a vitalidade que nos dará comer peixe e marisco faranos invencibles. Podemos abordar calquera aventura grazas á nosa nova condición física. Pero para sabermos que calidades vai achegarnos cada unha das especies seleccionadas polos nosos protagonistas, debemos combinar correctamente estas columnas nas que aparecen, por unha banda, as virtudes das diferentes especies e, por outra, cales son as responsables de achegalas.

Troita	Contén un tranquilizante natural que axuda a manter a boa saúde do noso sistema nervioso
Rodaballo	Contén vitamina B12, que favorece o metabolismo e o mantemento do sistema nervioso
Xurelo	Contén iodo, moi importante para o noso desenvolvemento físico e mental
Pescada	Contén vitamina A, fundamental para a vista
Sardiña	Contén vitamina B3, que favorece o noso bo humor
Lirio	Contén vitamina B1, que é moi importante para termos enerxía
Mexillón	Contén potasio, fundamental no envío do impulso aos nosos músculos

CUESTIONARIO FINAL PARA A CLASE

O profesor ou a profesora poderá, tras rematar a actividade, reunir o alumnado e responder de forma individual ou en grupo este breve cuestionario, que servirá para reforzar os conceptos fundamentais, sobre todo as actitudes dos rapaces e das rapazas.

Agora xa sabes unha morea de cousas sobre os peixes e os mariscos que fixeron que os protagonistas de “Os Arroases” fosen máis áxiles, fortes, enérxicos...

Por se nos queda algunha dúbida responde...

- * Cres agora, máis que antes, que o peixe é fundamental na túa dieta?
- * Estás disposto a modificar os teus hábitos alimentarios para obter os beneficios que che dá o peixe?
- * Saberías dicir tres especies de peixe do mar de Galicia básicos para a túa alimentación?
- * Que beneficios pode ter para ti comer máis peixe?
- * Aprendiches algo novo sobre o peixe na dieta que lles poidas contar aos teus pais ou aos teus irmáns?







galiçia

