

# “Del plat al conte. Aprenem a menjar sa” treballant l’alimentació saludable a educació infantil

Maria Inгла Pol, infermera, [mingla@a-palma.es](mailto:mingla@a-palma.es); Isabel Rosauro Maqueda, psicòloga, [isabel.rosauro@palma.es](mailto:isabel.rosauro@palma.es)  
Centre Municipal de Promoció de la Salut. Regidoria de Sanitat i Consum. Ajuntament de Palma

## Objectiu.

Apropar als infants el coneixement del cos humà vinculant-lo a la importància d’alimentar-se de manera saludable

## Col·lectiu a qui va dirigit.

6è infantil, s’ofereix als centres educatius de Palma, mitjançant Palma Educa



## Breu descripció de l’activitat.

- L’activitat és realitzada al centre educatiu amb 25 alumnes. Està conduïda per una psicòloga, una infermera i un actor. Consta de dues sessions, en dies diferents:
- A la primera, els infants investiguen sobre el coneixement del cos mitjançant puzles multicapa que descriuen l’anatomia. Seguidament treballen l’alimentació mitjançant l’elaboració d’un plat saludable que representa una menjada del dia, amb unes targetes d’aliments. És important negociar i consensuar amb el grup.

La metodologia és en grups cooperatius, participativa, pràctica i vivencial i en acabar cada dinàmica es comparteix amb gran grup i s’extreuen conclusions.

Com a cloenda s’entrega un pòster per a la classe i un iman per a cada infant de la roda de l’alimentació.

- A la segona, s’introdueix l’eina dels contes per treballar els hàbits saludables. El paller Andreu interpreta “La Rebel·lió de les verdures” en el qual totes les verdures presenten les seves ganes de jugar i d’agradar als infants i munten una rebel·lió. El Paller Andreu introdueix als infants dins la màgia dels contes a través de titelles de mà i de dit, i petits instruments musicals. És llavors que els fa arribar el conte, més interpretat que contat, i el seu missatge, sense adoctrinament, simplement deixant que entenguin el conte.



## Resultats.

- Participació durant 2017-18: 5 centres, 5è i 6è infantil
- Els infants manifesten aprendre coses noves del seu cos i sobre l’alimentació.
- La metodologia usada té un alt grau d’acceptació pels infants i pel professorat: el treball cooperatiu, els materials per manipular, la inclusió de les vivències personals i el conta-conta com a eina d’aprenentatge.
- Major autonomia i millor funcionament dels grups a 6è d’infantil
- Alt grau de satisfacció per part de l’alumnat i professorat

**Conclusions:** Pel curs 2018-19 es seguirà amb la mateixa metodologia donada la bona acceptació, i s’augmentarà l’oferta a 12 centres, només a 6è d’infantil perquè s’ajusta millor.