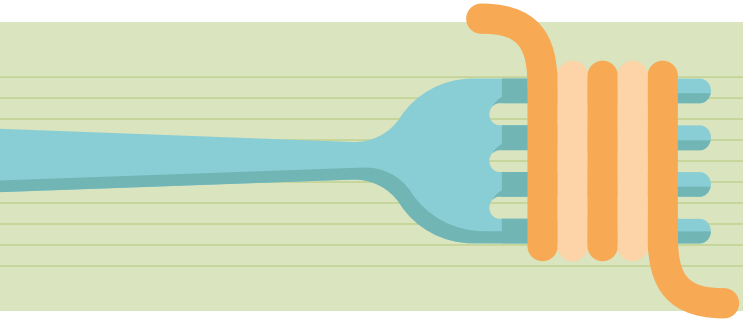
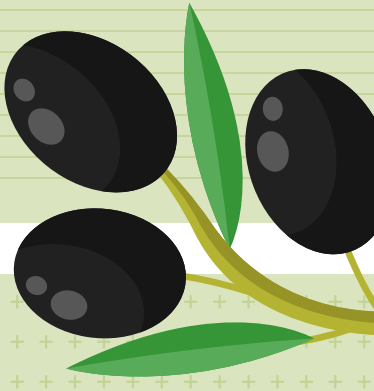
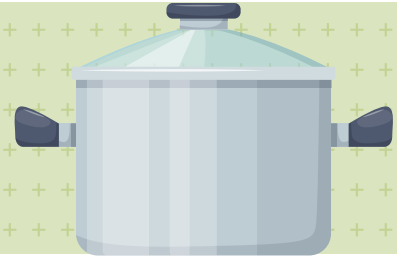
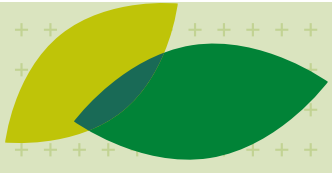
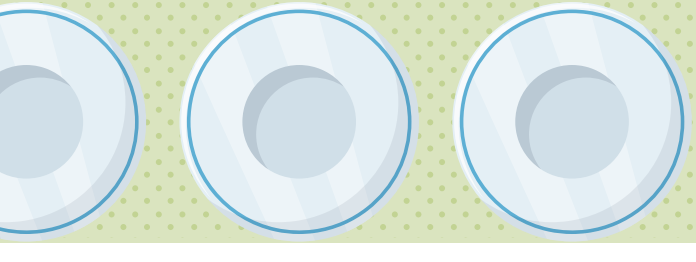
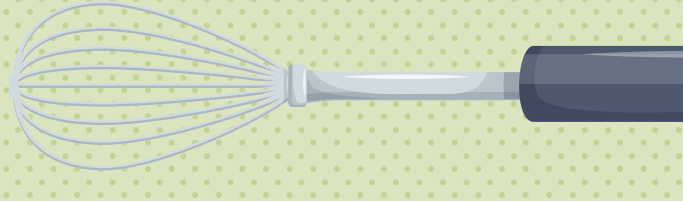


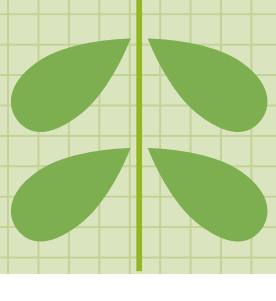
PLAN PROXECTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

PLAN OBESIDADE ZERO EN GALICIA

Proxecto | **cociñando** | con saúde

XUNTA DE GALICIA





XUNTA
DE GALICIA

CONSELLEIRA DE SANIDADE

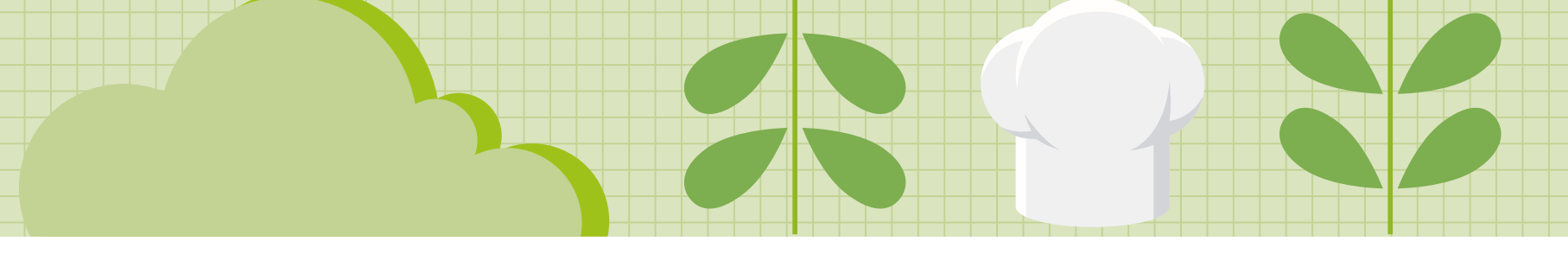
DIRECCIÓN XERAL DE SAÚDE PÚBLICA

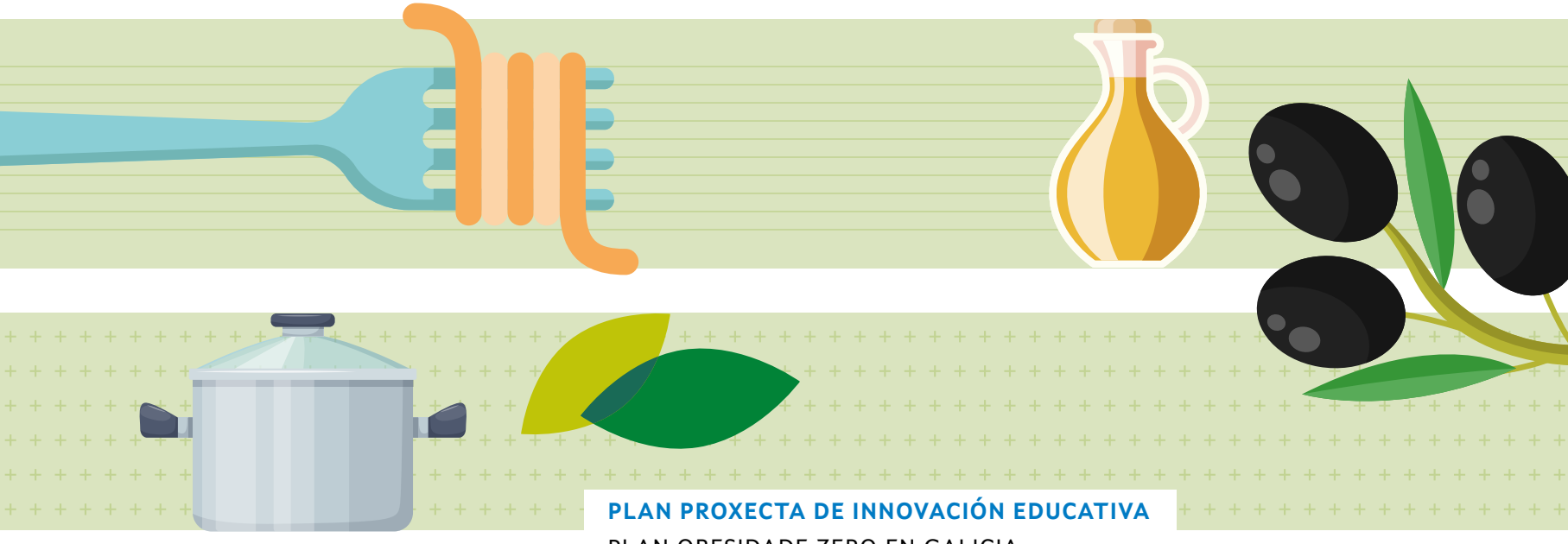
EDICIÓN
Servizo de Estilos de Vida Saudables e Educación para a Saúde

DESEÑO E MAQUETACIÓN
Mabel Aguayo

Santiago de Compostela, 2022







PLAN PROXECTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

PLAN OBESIDADE ZERO EN GALICIA

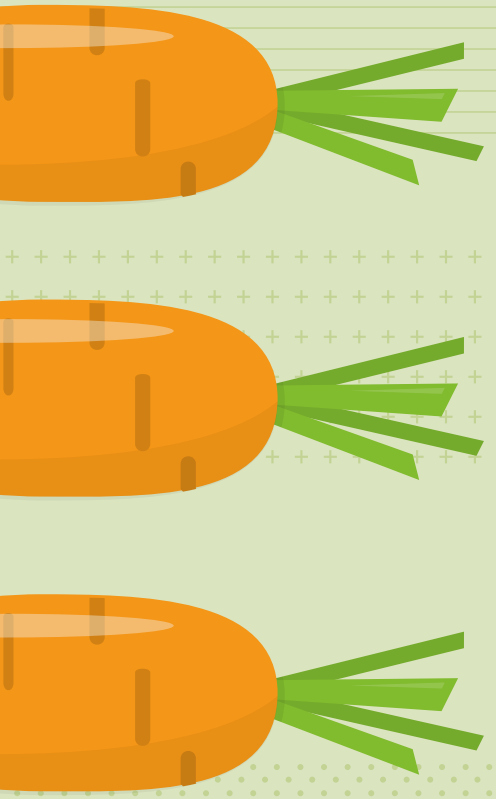
Proxecto | **cociñando** | con saúde

MANUAL PARA A ELABORACIÓN DOS PROXECTOS DIRIXIDO AO ENSINO

FP BÁSICA, GRAO MEDIO E SUPERIOR DE COCIÑA E RESTAURACIÓN

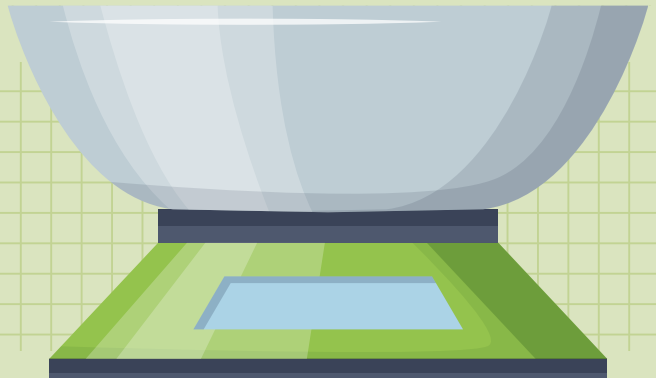
XUNTA DE GALICIA

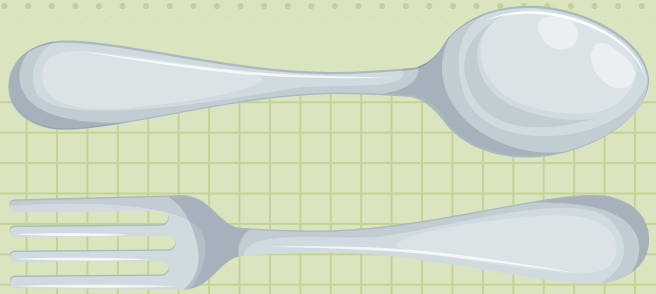
Proxecto | cociñando | con saúde



Índice

1. Introdución 6
2. Obxectivos 8
3. Resumo 11





4. Organización do proxecto segundo o curso escolar 13

4.1. Etapa 1. Elección do tema (produto final) sobre o que se traballará ao longo do curso 14

4.2. Etapa 2. Formación. Aprendizaxe e comprensión dos criterios de saúde. Normas básicas. 15

4.3. Etapa 3. Elaboración das propostas, receitarios e programacións. 18

4.4. Etapa 4. Presentación dos produtos finais 19

5. Avaliación do proxecto "Cociñando con saúde": criterios, requisitos e documentación. 20

5.1. Criterios educativos para a avaliación . . 22

5.2. Criterios específicos sobre os produtos finais 22

5.3. Requisitos do Plan Proxecta e documentación necesaria 23

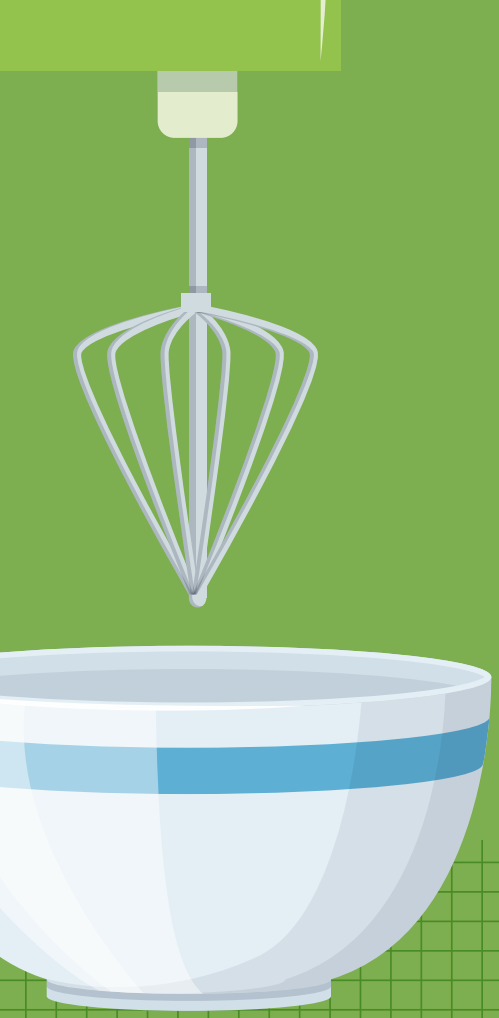
5.3.1. Entrega do proxecto inicial 23

5.3.2. Entrega da memoria final 25

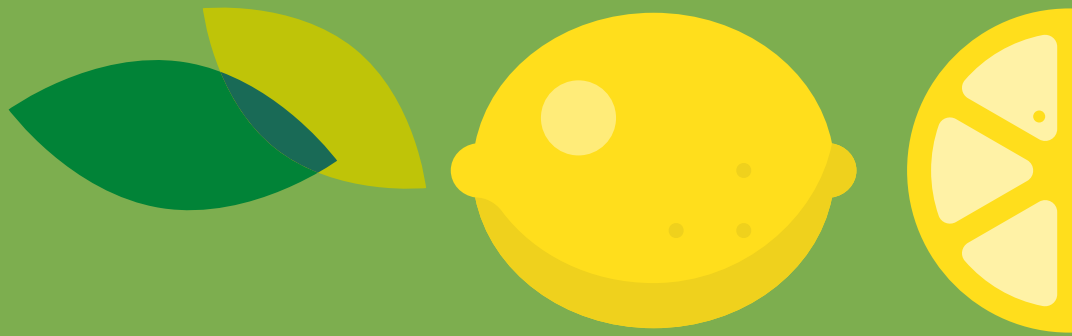
5.3.4. Etapas do proxecto 26

"A utilización neste escrito do masculino cando nos refiramos a mulleres e homes como colectivo non ten intención discriminatoria ningunha, senón a aplicación da lei lingüística da economía expresiva, para facilitar a lectura co menor esforzo posible. "

Proxecto | **cociñando** | con saúde



1. Introdución



A obesidade é o trastorno nutricional máis frecuente e prevalente na nosa sociedade actual, con importantes repercusións para a saúde tanto na idade infantil como na etapa adulta.

Desde o ámbito da saúde, un dos obxectivos prioritarios é abordar os determinantes sociais e ambientais capaces de propiciar un ambiente favorecedor da obesidade. As novas formas de ocio pasivo e de consumo alimentario (comidas rápidas e preparadas, comer fóra da casa, a disposición de alimentos a calquera hora e en calquera lugar) son aspectos particularmente nocivos que requiren unha atención inmediata.

Baixo esta perspectiva, lidéranse os proxectos **Nutriescolas 0 e 1** (educación infantil e primaria), **Nutriescolas 2** (ESO e primeiro curso de bacharelato) e **Cociñando con saúde** (FP básica, de grao medio e superior, familia de cociña e restauración). Estes proxectos forman parte da estratexia educativa do Plan Obesidade Zero en Galicia, da Dirección Xeral de Saúde Pública, e canalízanse na escola a través do Plan Proxecta de innovación educativa, da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades.

O proxecto **COCIÑANDO CON SAÚDE** pretende incrementar o grao de coñecemento das ciencias da nutrición no alumnado dos ciclos de formación profesional de Cociña e Restauración para aplicar estes coñecementos nas tarefas propias da súa aprendizaxe. A finalidade é mellorar a oferta alimentaria dos comedores colectivos (centros escolares, residenciais de maiores e restauración en xeral).

Na oferta alimentaria da restauración colectiva adóitanse aplicar criterios organolépticos, de intendencia e loxística, pero faltan criterios nutricionais en función da saúde e das enfermidade nas distintas etapas da vida. Percibimos a necesidade de aumentar os coñecementos en materia de nutrición do alumnado destes ciclos para adecuar a oferta alimentaria na idade infantil (comedor escolar), nos adultos maiores (comedores sociais, institucións) e nos doentes crónicos que fagan uso da restauración colectiva (hipertensión, diabetes, obesidade, alerxias e intolerancias etc.).

Polo tanto, e desde o punto de vista educativo, o noso obxectivo é que o alumnado acade competencias e habilidades básicas para a súa futura actividade laboral e que poida adaptarse así á crecente demanda das tendencias dos consumidores actuais ligadas a integrar a saúde, xunto coa gastronomía e as artes culinarias, no campo da restauración.

Proxecto | **cociñando** | con saúde

2. Obxectivos



Obxectivo xeral

Conseguir que o alumnado aprenda, valore, practique e comparta a arte da cociña desde o punto de vista da saúde e, ademais, que adquira os coñecementos e habilidades necesarios no campo da nutrición para poder aplicalos correctamente na aprendizaxe práctica.

Obxectivos específicos

1. O alumnado coñecerá as recomendacións das guías alimentarias actuais e as súas relacións coa saúde.

2. O alumnado será quen de compoñer e deseñar un menú segundo o modelo Myplate.

3. O alumnado será quen de elaborar un modelo de carta para restauración colectiva con receitas de baixo aporte calórico, así como cun contido adecuado de sal, graxas e azucres.

4. O alumnado será quen de recoñecer as principais características dunha dieta saudable para a poboación infantil.

5. O alumnado será quen de elaborar unha programación quincenal de menús propios dun comedor escolar.

6. O alumnado será quen de recoñecer as principais características (nutricionais, organolépticas...) dunha dieta saudable para a poboación anciá.

7. O alumnado será quen de elaborar unha programación quincenal de menús propios dunha residencia de persoas maiores.

8. O alumnado será quen de elaborar unha carta para restauración colectiva con receitas e propostas saudables.

9. O alumnado será quen de deseñar, segundo criterios nutricionais e de innovación culinaria:

- 5 receitas de peixe, legumes ou hortalizas
- 5 propostas de merendas
- 5 propostas de sobremesas
- 5 propostas de almorzos



Proxecto | **cociñando** | con saúde



3. Resumo do proxecto







No primeiro trimestre do curso escolar, o centro presentará un proxecto segundo a convocatoria anual do Plan Proxecta de innovación educativa, da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades. O devandito proxecto será avaliado e, se fose considerado apto, será desenvolvido ao longo do curso escolar.

O alumnado distribuirase en equipos de cinco a oito persoas e cada un deles elixirá un ou varios produtos dos amosados a continuación (paso 1 do apartado 4) como meta para realizar durante o curso. Elixir un deles implicará entender e integrar os contidos e adquirir as destrezas necesarias. Cada equipo traballará as súas tarefas segundo o tema elixido. Aínda que cada equipo terá un cometido particular, é sempre desexable que todos os integrantes dunha mesma aula sexan coñecedores dos contidos básicos de todas as actividades didácticas.

Cada equipo debe presentar o seu traballo ao finalizar o curso escolar, segundo os prazos e os temas establecidos e consensuados previamente polo seus titores.

Ao remate do curso, os coordinadores enviarán unha memoria final do traballo desenvolvido polo alumnado e unha mostra cos produtos acadados.



Proxecto | **cociñando** | con saúde

4. Organización
do proxecto segundo o curso escolar





As actividades que compoñen o proxecto Cociñando con saúde deben ser desenvolvidas ao longo de todo o curso escolar. Neste apartado, mostramos un exemplo de como poden organizarse para acadar os produtos finais.

4.1.
Etapa 1. Elección do tema (produto final) sobre o que se traballará ao longo do curso

Ao inicio do curso, os titores e titoras daranlle a elixir un tema, de entre os 15 produtos finais, a cada un dos equipos constituídos sobre o que o alumnado traballará ao longo do curso escolar.

1. Catálogo de pratos segundo o modelo *Myplate* (15 pratos)
2. Proposta para unha programación de menús de xantar para comedor escolar (15 días)
3. Proposta para unha programación de menús de xantar para residencia de maiores (15 días)
4. Receitario con propostas innovadoras de peixe (15 receitas)
5. Receitario con propostas innovadoras de hortalizas e verduras (15 receitas)
6. Receitario con propostas innovadoras de legumes (15 receitas)
7. Receitario con propostas innovadoras de almorzos (15 receitas)
8. Receitario con propostas de merendas para a idade infantil (15 receitas)
9. Receitario con menús completos baixos en sal (7 menús)
10. Receitario de sobremesas baixas en azucre e graxa (15 receitas)
11. Receitario de pratos principais ricos en proteínas vexetais (15 receitas)
12. Proposta de carta infantil para restauración colectiva (10 menús)
13. Proposta de carta con alimentos frescos de mercado (10 menús)
14. Catálogo de salsas e guarnicións alternativas ás comerciais xa existentes (15 receitas)
15. Presentacións innovadoras para pratos clásicos (enfocado á idade infantil)

Recoméndase que, dentro dunha mesma clase, estes temas non se repitan. É dicir, na aula A formamos tres equipos de traballo de oito persoas cada un. O equipo «A» elixe o tema 4, o equipo «B», o tema 14 e o equipo «C», o tema 8. Ao finalizar o curso, a aula A presentará os traballos dos tres equipos: 15 receitas innovadoras de peixe, 15 receitas de salsas elaboradas con ingredientes frescos e de mercado e 15 merendas saudables para a poboación infantil. Nos casos nos que o alumnado sexa reducido e só poidan facerse un ou dous equipos, poderase elixir entre varias propostas, sempre que no resultado final aparezan 15 propostas (por exemplo, seis pratos segundo o modelo Myplate, tres pratos de peixe, tres merendas, tres almorzos). Recoméndase que, no caso das opcións 2 e 3, as programacións se manteñan para 15 días consecutivos.



4.2.
Etapa 2. Formación. Aprendizaxe e comprensión dos criterios de saúde. Normas básicas

No primeiro trimestre, daráselles prioridade aos contidos básicos sobre alimentación, nutrición e saúde. Os coñecementos que adquiran nesta etapa deben servir de base como principios reitores das propostas finais. Aínda así, non é recomendable comezar só con conceptos teóricos. De feito, esta forma de inicio pode ser disuasoria para baixar o nivel de voluntariedade e atención dos proxectos. O alumnado debe organizarse en grupos, elixir o produto final como mostra do seu traballo e comezar a indagar, buscar e asimilar a información. Desta forma, creará o seu propio campo de coñecemento necesario para lograr os obxectivos. O seu entusiasmo radica precisamente na forma en que pode visualizar os seus resultados finais.

Ao inicio do primeiro trimestre, os equipos de traballo xa terán elixido o seu produto final e identificarán varias propostas que han validar os seus titores. Neste momento, as consultas e as referencias ás recomendacións alimentarias

son fundamentais para o traballo con enfoque de saúde. Para tal efecto, e desde a Consellería de Sanidade, facilítase material de consulta no manual *Carpeta do docente*, así como os valores de referencia para acadar estes obxectivos. Neste documento, ofrécense distintas guías alimentarias, modelos de padróns alimentarios saudables etc.

Ademais, ponse tamén á disposición do profesorado e dun xeito voluntario un curso de formación en alimentación e nutrición (presencial), coa finalidade de acadar os obxectivos educativos dun xeito doado para os docentes. O curso de formación para docentes está dividido en dous módulos, un ao inicio de curso (con contidos teóricos e un obradoiro como actividade grupal guiada) e outro ao finalizar o curso, onde os coordinadores e titores lles exporán aos seus compañeiros os resultados dos seus traballos e compartirán con eles a forma de levalos a cabo.

Curso de formación para docentes

MÓDULO I. COMO APLICAR OS COÑECEMENTOS NA ACTIVIDADE LABORAL

4 horas presenciais
Clase expositiva / Obradoiro-actividade práctica guiada

Programación:

1. Dinamización do grupo
   - Expectativas para acadar coñecementos en nutrición.
   - Percepcións, dúbidas e mitos sobre a alimentación.
2. Clase expositiva: Principios de dietética
   - Alimentos e nutrientes. Modelos de dietas saudables (guías alimentarias, gastronomía, procesamento de alimentos...). A perspectiva da alimentación saudable hoxe en día: alimentos, comidas e formas de producir, procesar, preparar e comer contra o concepto de dieta reducido a «alimentos como simples portadores de nutrientes illados».
   - Identificación dos escenarios, dos procesos ou das dimensións alimentarias nos que a restauración co-

lectiva e a gastronomía poidan supor unha achega para as ciencias da saúde.

- Hábitos e tendencias actuais de consumo na sociedade actual. Factores de risco e relación coas enfermidades máis prevalentes.
- A alimentación ao longo do ciclo vital. Deseño de dietas e adecuación da restauración colectiva aos requirimentos e necesidades da poboación. Consideracións especiais segundo os grupos poboacionais máis vulnerables. Recomendacións na infancia e na idade avanzada.

3. Actividade práctica guiada
   - Comentarios e valoracións de distintas cartas de restauración colectiva. Valoración de ingredientes (procesados, azucres, sal, graxas e técnicas de cociñado) para elaborar os menús. Lectura e interpretación da etiqueta nutricional. Aplicación dos sistemas de perfís nutricionais.
   - Comentarios e valoracións de distintas recomendacións para os diferentes grupos de idade e necesidades nutricionais específicas. Breves nocións de dietoterapia (só aplicado ao campo das enfermidades crónicas: enfermidades cardiovasculares, obesidade etc.) e, polo tanto, de menús especiais (baixos en graxa, ricos en fibra etc.).

MÓDULO II. PRESENTACIÓN DOS PROXECTOS ENTRE PARES E PROPOSTAS DE MELLORA

4 horas presenciais
Actividade grupal práctica

Programación:

1. Presentación de proxectos
   - Comunicación e comentarios de actividades derivadas de cada un dos proxectos ao resto de participantes. Recollida, por grupos, das vivencias e experiencias por parte dos participantes.
   - Exemplos e modelos de comunicación: pósters, infogramas, carteis, slogans, visionado de vídeos, campañas publicitarias, exposicións orais a pares e titores.
2. Innovación e aplicación do aprendido na práctica culinaria. Propostas e alternativas segundo os obxectivos nutricionais da saúde pública.
3. Memoria do proxecto Cociñando con saúde. Discusión, reflexión, análise e valoración.

4.3.
Etapa 3. Elaboración das propostas, receitarios e programacións. Experimentación, ensaios e traballo de cociña. Revisión e escolla de receitas. Redacción e composición

Unha vez que o alumnado estea familiarizado cos novos conceptos sobre alimentación e saúde, comezará a traballar no seu produto final (receitas, ingredientes, presentación, fondo das fotografías, valor do produto etc.). Os coordinadores facilitaranlle ao alumnado toda a documentación necesaria (receitarios, catálogos, álbums con menús etc.). Esta fase de indagación e investigación, previa á realización das propias receitas, é fundamental para o proceso formativo.

Aconséllase que os coordinadores:

- Traballen coas referencias dos anexos de Proxecta no que ten que ver con recomendacións alimentarias, base de datos de alimentos e demais documentación.
- Recollan fontes, ideas e inspiracións.
- Lle faciliten ao alumnado o método para organizarse, para repartir tarefas e para dialogar e chegar a acordos entre os membros do equipo.



4.4. Etapa 4. Presentación dos produtos finais

No terceiro trimestre, cada equipo presentará o seu traballo nun documento en formato pdf. Nos receitarios, catálogos ou programacións constarán os nomes de todos os membros do equipo, o titor responsable e o centro educativo. De xeito opcional, e sempre segundo criterios do docente, pódese achegar a principal tarefa de cada un (deseño, fotografías, composición etc.). A continuación, debe incluírse unha breve introdución. Neste apartado aparecerá unha xustificación do por que se elixiu ese tema, a forma de organización, as referencias utilizadas e as fontes bibliográficas. Tamén se expresará a utilidade desta proposta na restauración colectiva. Esta introdución non deberá prolongarse máis alá de dúas páxinas. A continuación, e como galería fotográfica, aparecerán as sucesivas receitas, propostas, catálogo de pratos etc. Cada unha das propostas mostradas debe incluír unha breve descrición da receita ou menú, a listaxe de ingredientes e a forma de preparación. Non é necesario acompañar a achega nutricional, aínda que para o seu deseño deberá traballarse con algunha base de datos de alimentos debidamente acreditada, así como a demais documentación achegada. Non debemos esquecer que a finalidade última son propostas saudables segundo as recomendacións alimentarias actuais.

Poden xuntarse como anexos outros documentos: fotografías coa elaboración de receitas, do traballo en equipo, fontes bibliográficas que os autores consideren de interese etc.

Os proxectos serán presentados de xeito oral na aula ou no centro educativo polo portavoz de cada equipo e ante o alumnado e os docentes do centro educativo. Pódese organizar un día para que as familias acudan ao centro e participen tamén do acto de presentación.

Proxecto | **cociñando** | con saúde

5. Avaliación
do proxecto Cociñando con saúde



Recomendacións antes de elaborar o proxecto

- Ler o documento enteiro antes de comezar a redactar.
- Consultar as dúbidas cos responsables do proxecto Cociñando con saúde, segundo a información facilitada na páxina web.
- Elaborar e redactar o proxecto cunha certa coherencia, axustado ao proxecto educativo do centro e tamén á contorna e aos condicionantes e particularidades do alumnado.
- Observar os obxectivos reflectidos neste documento. Non hai que tentar acadar moitos obxectivos, só aqueles que estean en consonancia cos produtos finais. Seguindo os pasos, un proxecto humilde pode ser cualificado como de boas prácticas no futuro.
- As actividades nas que participan as familias e que teñen que ver coa contorna son fundamentais para reforzar o proceso de aprendizaxe.
- Lembramos que os proxectos deben servir para que o alumnado indague e cree o propio campo de coñecemento, a partir da interacción coas tarefas e habilidades que está a adquirir e que serán propias do seu proceder laboral.

O proxecto Cociñando con saúde será avaliado segundo:

- Os criterios de valoración xerais e específicos amosados a continuación.
- A información facilitada polos coordinadores a través dos formularios dispostos para tal fin.
- O cumprimento dos requisitos publicados na convocatoria do Plan Proxecta e dos produtos finais sinalados no presente documento.

5.1. Criterios xerais educativos para avaliación

- **A integración do proxecto no PEC (proxecto educativo de centro).**
- **A participación activa do alumnado** (implicación no deseño inicial do proxecto, desenvolvemento das actividades, indagación guiada, asunción de compromisos e tarefas...).
- **O nivel de aplicación previsto dos coñecementos e habilidades aprendidas nos produtos finais.**
- **O grao de implicación dos axentes da comunidade educativa (profesorado, alumnado, familias e institucións da contorna).**
- A capacidade do proxecto para ser reproducido e adaptado a outros ámbitos educativos fóra do Plan Proxecta.
- O uso de **recursos** do ámbito do centro escolar.

5.2. Criterios específicos sobre os produtos finais

- O cumprimento das recomendacións para unha alimentación saudable.
- A elección de ingredientes. A presenza habitual de ingredientes vexetais (frescos, de mercado, do noso padrón alimentario tradicional...) e a limitada presenza de alimentos ultraprocesados.
- O axuste das propostas ás recomendacións de frecuencia de consumo alimentario para as programacións dos menús.
- As opcións alternativas saudables para o consumo excesivo de sal e de azucres.
- O enfoque adecuado para menús especiais (infancia e idade avanzada), segundo a programación proposta.
- A innovación e a orixinalidade na forma de execución dos produtos expostos.
- A presentación do traballo en xeral e dos pratos en particular.
- A palatabilidade dos pratos.

- Os resultados das catas desas preparacións, se as houbese.
- A harmonía das programacións. O axuste ás características dos produtos finais, tal como se recolle neste documento.

5.3. Requisitos do Plan Proxecta e documentación necesaria

Todos os proxectos deben ser presentados nos formularios previstos segundo a convocatoria do Plan Proxecta da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades.

1. Entrega do proxecto inicial

No primeiro trimestre do curso escolar, o centro presentará un proxecto segundo a convocatoria anual do Plan Proxecta de innovación educativa da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades. Este proxecto será avaliado polos responsables do Plan Proxecta desta consellería, así como polos responsables do programa Cociñando con saúde da Dirección Xeral de Saúde Pública da Consellería de Sanidade. Se o proxecto fose considerado apto, segundo a resolución da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades, será desenvolvido ao longo do curso escolar.

Neste proxecto, entre outros contidos, deberá constar:

- Unha introdución sinxela e a xustificación do proxecto.
- Os obxectivos (xeral e específicos) do proxecto presentado. No apartado 2 deste documento figuran nove obxectivos específicos do proxecto Cociñando con saúde. Deles, é obrigado acadar os números 1, 2 e 3 para toda a aula. Logo, para cada produto final elixido deben engadirse a maiores aqueles que mellor se correspondan cos produtos finais escollidos. Por exemplo, na aula X pretendemos formar dous equipos. Un equipo fará unha programación de menús de xantar para un comedor escolar e outro equipo pode facer unha programación de menús de xantar para unha residencia de maiores.

Polo tanto, os obxectivos do noso proxecto serán os seguintes:

A. Os obxectivos obrigados para acadar en calquera proxecto Cociñando con saúde. Corresponden ao 1, 2 e 3 da páxina 4 deste documento:

1. Coñecer as recomendacións das guías alimentarias.
2. Compoñer e deseñar un menú segundo o modelo Myplate.
3. Elaborar un modelo de carta con receitas de baixo aporte calórico, así como cun contido adecuado de sal, graxas e azucres.

B. Ademais, deberán incluírse aqueles obxectivos que se correspondan mellor co produto final que queiramos acadar. No noso exemplo, os que mellor se adaptan son, polo menos, os obxectivos 4, 5, 6 e 7 da páxina 4 do presente documento:

1. Coñecer as características dunha dieta saudable para a poboación infantil.
2. Elaborar unha programación para un comedor escolar.
3. Coñecer as principais características dunha dieta saudable para a poboación anciá.
4. Elaborar unha programación para un comedor dunha residencia de persoas maiores.

Os resultados esperados (por exemplo, ao final de curso obteremos dúas programacións de menús saudables, unha para un comedor escolar e outra para un comedor dunha residencia de maiores). Os menús estarán baseados en criterios nutricionais e organolépticos e terán ingredientes característicos da nosa dieta tradicional.

- Como se vai avaliar a consecución do obxectivo. Por exemplo, no inicio do curso pediráselle ao alumnado que, segundo o seu criterio, anote cinco menús axeitados á poboación infantil e cinco para os adultos. Tamén se solicitarán mediante unha enquisa aspectos relacionados co contido de azucres e sal e a interpretación da etiqueta nutricional. Ao final, compararanse as propostas iniciais e as finais e pediráselle ao alumnado que rexistre aqueles conceptos ou contidos que recoñeceu que aprendeu ao longo do curso.

- A planificación das actividades e a forma de avaliación prevista. Tamén deberá incluír os nomes das persoas coordinadoras, as súas funcións docentes, os nomes dos mestres e mestras participantes e colaboradores no proxecto, así como o número de alumnos e alumnas segundo o nivel educativo.

Esta información será trasladada a través da aplicación na páxina web do Plan Proxecta e do formulario que se inclúa na convocatoria anual destes proxectos.

> Na *Carpeta do docente*, ofrécense consellos para elaborar o proxecto inicial e a memoria final.

2. Entrega da memoria final

Ao remate do curso, os coordinadores enviarán unha memoria final co traballo desenvolvido e segundo a convocatoria do Plan Proxecta de innovación educativa da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades. Este proxecto será avaliado polos responsables do Plan Proxecta da devandita consellería, así como polos responsables do programa Cociñando con saúde da Dirección Xeral de Saúde Pública da Consellería de Sanidade. Na Carpeta do docente. Guía de axuda para presentar un proxecto Aliméntate ben, ofrécense consellos para realizar a memoria.

Nesta memoria debe constar:

- Un **resumo** do desenvolvemento do proxecto e da forma en que se levou a cabo.
- A **impresión final do coordinador do proxecto e dos docentes participantes,** que ademais poderán trasladar a opinión do alumnado en canto ao grao de satisfacción co proxecto.
- As necesidades percibidas, as **propostas de mellora e a identificación dos puntos críticos** para o desenvolvemento do proxecto.
- Un **cronograma** onde conste cada unha das catro etapas e as súas actividades, tanto as planificadas no proxecto inicial como as modificacións necesarias para adaptarse segundo os recursos, os imprevistos e as dificultades atopadas para levalas a cabo.

Ademais, incluiranse:

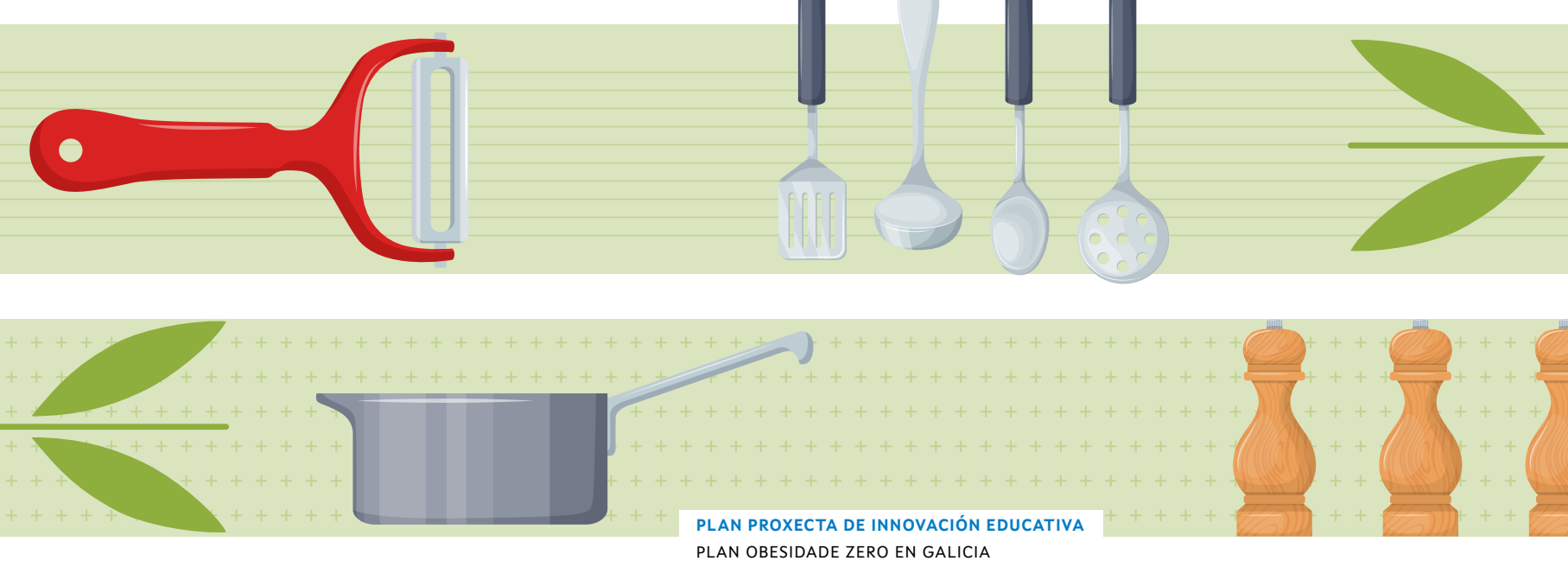
- O **produto final** de cada equipo segundo o especificado (etapa 4 do apartado 4).
- A **documentación gráfica** sobre o desenvolvemento das tarefas e actividades necesarias para a realización do produto final.
- Todos aqueles **instrumentos e axudas didácticas utilizados** polo profesorado para a súa avaliación persoal, así como polos equipos de alumnos e alumnas.
- Os **aspectos de interese** que, a criterio dos coordinadores, sexan susceptibles de identificar como boas prácticas para proxectos próximos no mesmo ou en distintos centros.
- A **avaliación do profesorado responsable** (metodoloxía utilizada para saber se os obxectivos foron acadados ou non, as aprendizaxes do alumnado, o proceso de ensino e a súa propia práctica docente).

3. Etapas do proxecto

1. Elección do tema (produto final) sobre o que se traballará ao longo do curso.
2. Formación. Aprendizaxe e comprensión dos criterios de saúde. Normas básicas.
3. Elaboración das propostas, receitarios e programacións. Experimentación, ensaios e traballo de cociña. Revisión e escolla de receitas. Redacción e composición destas.
4. Presentación dos produtos finais.
   - O nivel de participación do alumnado (aulas, cursos), dos docentes (nominal, materia que imparten e actividades das que se encargaron) e da comunidade e contorna educativas. Neste punto, é moi importante describir o modelo de participación familiar en cada unha delas.
   - Outros participantes (outros centros, recursos comunitarios).



Mediante a metodoloxía do "Aprender facendo", o proxecto COCIÑANDO CON SAÚDE pretende incrementar o coñecemento das ciencias da saúde no alumnado dos ciclos de formación profesional de Cociña e Restauración. O obxectivo é integrar estes coñecementos no propio aprendizaxe e aplicalos no seu proceder laboral



PLAN PROXECTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

PLAN OBESIDADE ZERO EN GALICIA

Proxecto | cociñando | con saúde

A saúde, ben común!

Únete á nosa **newsletter**

Infórmate coa guía **O ABC do consello alimentario na infancia**

Síguenos na web **Xanela Aberta á Familia** da Dirección Xeral de Saúde Pública

XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE SANIDADE

Xacobeo 21·22