

# Guía didáctica

¡De excursión a Ludoland!  
Proyecto Ludos

Educación Física  
Educación Primaria  
Ministerio de Educación y Ciencia

## Índice

1.- Presentación.....	2
2.- Objetivos didácticos.....	2
3.- Contenidos (conceptos, procedimientos y actitudes).....	2
4.- Contexto de integración curricular.....	2
Requisitos previos (objetivos y contenidos).....	2
Relaciones con otras áreas.....	2
5.- Materiales mínimos necesarios.....	2
Hardware:.....	2
Software.....	2
6.- Descripción de las interacciones.....	2
6.0.- Presentación.....	2
6.1.- Descubre el desayuno.....	2
6.2.- ¿Hay más desayunos?.....	2
6.3.- ¡La pirámide!.....	2
6.4.- Completo la pirámide.....	2
6.5.- ¿Lo sé o no lo sé?.....	2
6.6.- Recuerdo.....	2
7.- Evaluación.....	2
7.1.- Criterios de evaluación.....	2
7.2.- Instrumentos de evaluación.....	2
Ficha de Autoevaluación.....	2
Ficha de recogida de información.....	2

## 1.- Presentación.

- Título: "¡De excursión a Ludoland!"
- URL: <http://ares.cnice.mecd.es/edufisica/b/06/index.html>
- Ciclo: Segundo de Educación Primaria
- Propósito general: Ayudar a crear hábitos de alimentación en los que el desayuno sea la pieza fundamental de la dieta y se reconozcan las virtudes y necesidades de los alimentos en general.
- Justificación: Las interacciones presentadas en esta guía para el área de Educación Física del Segundo Ciclo de la Educación Primaria se encuadran, principalmente, en el Bloque de Contenidos I. El cuerpo y la salud. En el apartado "Contexto de integración curricular" se explica más detalladamente la relación con cada uno de los contenidos..

## 2.- Objetivos didácticos.

- Reconocer los beneficios del desayuno como la comida más importante del día.
- Ser capaz de elegir diferentes desayunos que satisfagan las necesidades dietéticas diarias.
- Seleccionar entre los diferentes grupos de alimentos las necesidades diarias de cada uno.
- Ser capaz de identificar algunos hábitos para una mejor alimentación.
- Desarrollar la motricidad fina a través del uso de las TIC.
- Colaborar en el adecuado desarrollo para la comprensión de mensajes.
- Colaborar en el adecuado desarrollo del aprendizaje de la lectura y escritura.

## 3.- Contenidos (conceptos, procedimientos y actitudes).

- Dieta.
- Alimentación.
- Grupos de alimentos
- Composición y equilibrio en la dieta.
- Hábitos en la alimentación.
- Algunas normas sociales en torno a la alimentación.

## 4.- Contexto de integración curricular.

Requisitos previos (objetivos y contenidos)

Con este objeto de aprendizaje se pretende ayudar a alcanzar los siguientes objetivos generales del área de Educación Física:

*4. Conocer y valorar los efectos beneficiosos y perjudiciales que la realización de actividades físicas tiene sobre la salud, así como la adquisición de hábitos de higiene, alimentación y ejercicio físico.*

9. *"Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área"*.

Tendrá su mayor utilidad cuando se trabajen en el Bloque I. El cuerpo y la salud, los siguientes contenidos:

- Interés y gusto por el cuidado del cuerpo de manera responsable.
- Adopción de hábitos relacionados con una buena alimentación.

Relaciones con otras áreas.

Aunque está diseñado para el área de Educación Física, debido al carácter globalizador de la Etapa su uso puede ser perfectamente válido para ayudar a cumplir los objetivos de otras áreas como Educación Artística o Lengua, y puede ser también de aplicación con el alumnado con necesidades educativas especiales.

## 5.- Materiales mínimos necesarios.

Hardware:

- **Requisitos mínimos:** Pentium 200 o similar, 64 Mb de RAM, monitor color 16 bits 800x600 píxeles y conexión a Internet RTB 56 Kbs.
- **Requisitos recomendados:** Pentium II, 128 Mb, monitor color 16 bits 1024x768 y conexión a Internet ADSL.

Software

Los requisitos mínimos serán: sistema operativo Windows 9x o superior (preferiblemente Windows XP) o alguna distribución Linux y navegador Internet Explorer o Netscape, 5.0 o superior, o cualquier otro con soporte HTML 4.0.

## 6.- Descripción de las interacciones.

### 6.0.- Presentación



- Título:  
Presentación.
- Objetivos didácticos:
  - Introducir en la historia que le sucede a la pandilla.
  - Despertar el interés en acceder al resto de las interacciones.
- Actividad:  
Presentación del Objeto de aprendizaje. Invitación a realizar las otras actividades. Introducción a la historia.
- Feedback de la interacción:
- Evaluación:
- Sugerencias didácticas:  
El profesor/a animará, a aquellos alumnos que no lo hayan descubierto, a pulsar en la flecha "adelante" para continuar.

### 6.1.- Descubre el desayuno

Descubre el desayuno

Mapa Favoritos Sonido Imprimir Ayuda Salir

NARANJA  
LECHE  
GOFIO  
BOCADILLO  
JAMÓN

N	A	R	A	N	J	A	X	B	J	U	O	P	O
M	K	U	E	C	L	E	I	Q	S	E	L	E	L
N	V	G	U	V	X	E	E	H	H	T	E	N	G
Ó	L	L	I	D	A	C	O	B	G	U	X	S	P
M	M	E	C	U	R	P	I	Y	M	N	L	B	Q
A	D	R	C	E	B	P	F	C	E	U	T	I	Y
J	X	B	T	H	W	Y	O	C	B	J	X	U	O
Q	A	V	E	F	E	B	G	L	O	K	S	P	V
H	J	A	I	B	L	J	C	T	K	O	N	J	T
X	L	E	P	O	Y	A	F	I	P	J	O	R	E

Moviland "DE EXCURSIÓN A LUDOLAND!" Informe Aciertos: 0 Intentos: 0 Tiempo: 00:07

- Título:  
Descubre el desayuno
- Objetivos didácticos:  
Mostrar diferentes desayunos que cumplan unas elementales normas dietéticas.
- Actividad:  
Sopas de letras, hay que buscar las palabras de la izquierda.
- Feedback de la interacción:  
Mensaje de texto y sonoro al solicitar ayuda.  
Diferentes sonidos para el acierto y el error, si se hace una selección errónea no se queda seleccionada.  
Mensaje de ánimo invitando a continuar al terminar la interacción.
- Evaluación:  
Número de aciertos e intentos y tiempo total empleado en la misma.  
Smiley verde al realizar la actividad correctamente; amarillo al realizar varias selecciones erróneas, rojo al no terminarla.

## 6.2.- ¿Hay más desayunos?

¿Hay más desayunos?

1. En Canarias se lo ponen a la leche, es una harina de trigo o maíz tostado.  
2. Mezcla de cereales y frutos secos endulzados con miel que se añaden a la leche.  
3. Líquido blanco que dan las vacas y otros mamíferos, muy frecuente en el desayuno.  
4. Se saca de la piamá del cerdo, y con él se hacen unos bocadillos muy buenos y que alimentan mucho.  
5. Sustancia viscosa, amarillenta y muy dulce, que producen las abejas. La usamos para endulzar la leche y para poner sobre las tostadas.  
6. Al revés, es muy frecuente comerlo revuelto en los desayunos ingleses y lo ponen las gallinas.  
7. Es ligeramente ácido, se hace de la leche, rico en calcio y dicen que retrasa el envejecimiento.

Moviland "DE EXCURSIÓN A LUDOLAND!" Informe Aciertos: 0 Intentos: 0 Tiempo: 00:49

- Título:  
¿Hay más desayunos?.
- Objetivos didácticos:
  - Mostrar diferentes combinaciones alimenticias que sirvan de desayuno.
  - Identificar algunos alimentos utilizados en diferentes desayunos.
- Actividad:  
Crucigrama, hay que escribir en horizontal y vertical las palabras de las definiciones escritas a la derecha.
- Feedback de la interacción:  
Mensaje de texto y sonoro al solicitar ayuda.  
Diferentes sonidos para el acierto y el error, si se escribe una letra errónea no la muestra, al segundo error muestra la correcta.  
Mensaje de ánimo invitando a continuar al terminar la interacción.
- Evaluación.  
Número de aciertos e intentos y tiempo total empleado en la misma.  
Smiley verde al realizar la actividad correctamente; amarillo al realizar varias selecciones erróneas, rojo al no terminarla.

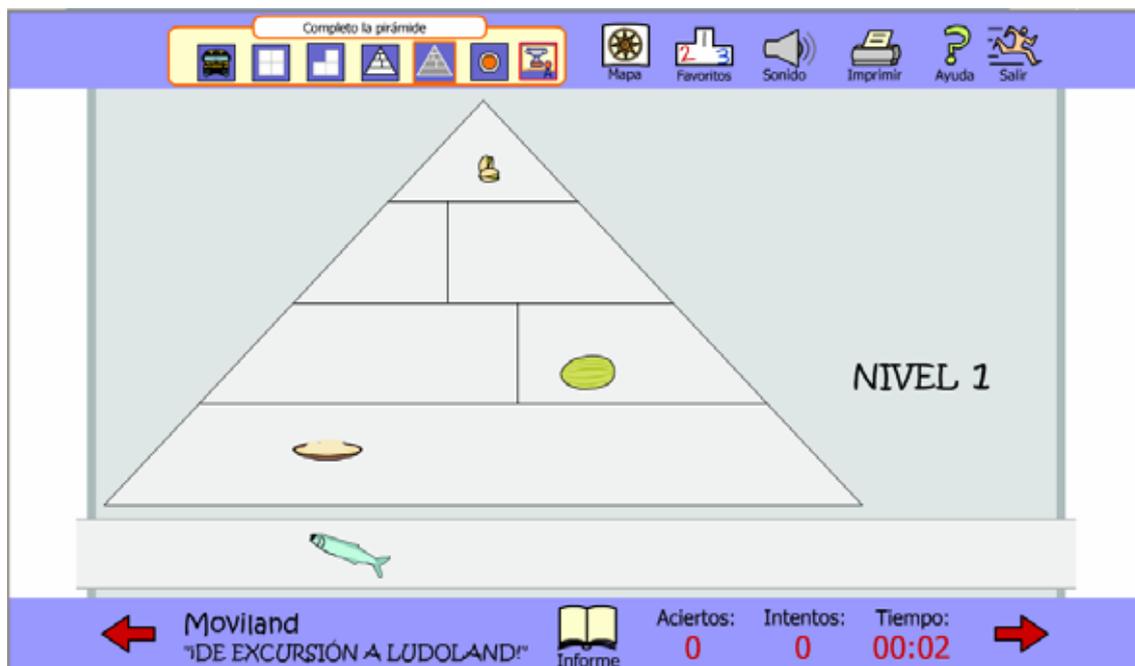
### 6.3.- ¡La pirámide!

Los alimentos de la base de la pirámide son de los que más cantidad hay que consumir, a medida que subimos hemos de comer menos cantidad.

← Moviland ¡DE EXCURSIÓN A LUDOLAND! Informe Aciertos: 0 Intentos: 0 Tiempo: 00:08 →

- Título:  
¡La pirámide!
- Objetivos didácticos:
  - Identificar las diferentes cantidades de alimentos a ingerir diariamente.
  - Relacionar a los alimentos en diferentes grupos según sus características.
- Actividad:  
Puzzle, hay que colocar las piezas correctamente. Al pasar sobre cada grupo o arrastrarla aparece un texto con una breve descripción de sus características y alimentos que lo forman.
- Feedback de la interacción:  
Mensaje de texto y sonoro al solicitar ayuda.  
Diferentes sonidos para el acierto y el error, al intentar colocar una pieza en un lugar erróneo vuelve a la posición inicial.  
Mensaje de ánimo al terminar la interacción.
- Evaluación:  
Número de aciertos e intentos y tiempo total empleado en la misma.  
Smiley verde al realizar la actividad correctamente; amarillo al realizar varias selecciones erróneas, rojo al no terminarla.
- Sugerencias didácticas:  
El profesor animará a leer los textos descriptivos de cada uno de los grupos de alimentos.

#### 6.4.- Completo la pirámide



- Título:  
Completo la pirámide.
- Objetivos didácticos:  
- Reforzar el conocimiento del agrupamiento de los diferentes alimentos en función de la cantidad necesaria en la dieta.
- Actividad:  
Asociar cada alimento que aparece con el grupo que le corresponde. Cuando aparezca un alimento hay que pulsar con el cursor en el grupo correspondiente para que aparezca en él.
- Feedback de la interacción:  
Mensaje de texto y sonoro al solicitar ayuda.  
Si la selección es errónea aparece un mensaje de texto con las características del alimento. Al segundo error el alimento se coloca en su posición.  
Diferentes sonidos para el acierto y el error.  
Mensaje de ánimo al terminar la interacción cualquiera que sea el resultado.
- Evaluación.  
Número de aciertos e intentos y tiempo total empleado en la misma.  
Smiley verde al realizar la actividad correctamente; amarillo al realizar varias selecciones erróneas, rojo al no terminarla.
- Sugerencias didácticas:  
El profesor aclarará que existen dos niveles que hay que completar, en cada uno hay que colocar diez alimentos.

### 6.5.- ¿Lo sé o no lo sé?

¿Lo sé o no lo sé?

Mapa Favoritos Sonido Imprimir Ayuda Salir

Se ha de comer rápido, tragándose los trozos casi enteros para terminar antes.  Verdadero  Falso

El aceite de oliva no es muy bueno porque es verde.  Verdadero  Falso

Hay que desayunar todos los días lo suficiente para aguantar hasta la comida.  Verdadero  Falso

Los cereales, las papas y pastas (hidratos de carbono, del grupo 1) han de aportar la mayor cantidad de calorías en una buena dieta.  Verdadero  Falso

La mayor parte de calorías han de salir de las grasas.  Verdadero  Falso

Ha de comerse con las manos, así nos ahorramos lavar los cubiertos.  Verdadero  Falso

No es bueno comer con las manos ya que pueden tener gérmenes que nos comeremos y además con los restos de comida que esparcemos ensuciamos todo.  Verdadero  Falso

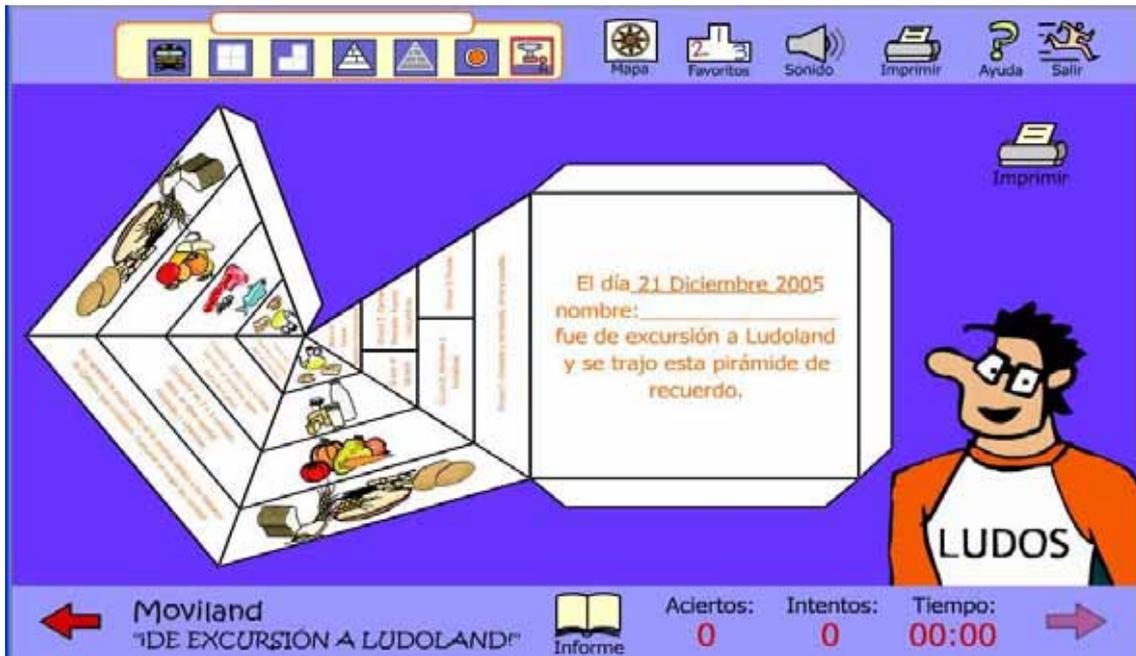
La composición del aceite de oliva hace que sea la mejor para el organismo. Es bueno comerla cruda.  Verdadero  Falso

Número de intentos: 0  
Número de aciertos: 0

Moviland "¡DE EXCURSIÓN A LUDOLAND!" Informe Aciertos: 0 Intentos: 0 Tiempo: 00:10

- Título:  
¿Lo sé o no lo sé?
- Objetivos didácticos:
  - Introducir nuevos conocimientos sobre dietética y reforzar los conocidos.
  - Fomentar la reflexión y toma de decisiones.
- Actividad:  
Test con dos opciones "Verdadero" "Falso", compuesto de ocho items.
- Feedback de la interacción.  
Mensaje de texto y sonoro al solicitar ayuda.  
Diferentes sonido y marca de verificación en caso de acierto o error.  
Posibilidad de repetir si existen respuestas erróneas.
- Evaluación.  
Número de aciertos e intentos y tiempo total empleado en la misma.  
Smiley verde al realizar la actividad correctamente; amarillo si no se corrige, rojo al no terminarla.

### 6.6.- Recuerdo



- Título:  
Recuerdo
- Objetivos didácticos:  
- Obtener un recuerdo de la realización de la actividad.
- Actividad:  
Completar con el nombre e imprimir el desarrollo de una pirámide de la alimentación.
- Feedback de la interacción.
- Evaluación.

## 7.- Evaluación.

### 7.1.- Criterios de evaluación.

- Intentar realizar las interacciones y resultados obtenidos en cada una de ellas.

### 7.2.- Instrumentos de evaluación.

- Informe final en el que se recoge el número de aciertos e intentos en cada interacción y el tiempo empleado en ella.

Ficha de Autoevaluación.

Ludos: ¡De excursión a Ludoloand!.

Alumno/a:

Fecha:

Nº	Título de la actividad	Resultado obtenido			Aciertos	Intentos	Tiempo invertido
		☺ Bien	☹ Suficiente	☹ Necesito Mejorar			
0	Presentación						
1	Descubre el desayuno						
2	¿Hay más desayunos?						
3	¡La pirámide!						
4	Completo la pirámide						
5	¿Lo sé o no lo sé?						
6	Recuerdo						

Ficha de recogida de información.

Ludos: ¡De excursión a Ludoloand!.

Grupo:

Fecha:

Nº	Alumno/a	Presentación	Descubre el desayuno	¿Hay más desayunos?	¡La pirámide!	Completo la pirámide	¿Lo sé o no lo sé?	Recuerdo
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								