



# Collage de mar

FICHA  
**25**

## Objetivos

- AUMENTAR LA INGESTA DE PESCADO
- CONOCER LAS FORMAS DE LOS PESCADOS, MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS COMESTIBLES MÁS HABITUALES EN NUESTRA COCINA.

Curso y ámbitos/Áreas/Materias \_\_\_\_\_

1º a 4º de Educación Primaria.

Ciencias de la Naturaleza.

- Conductas saludables. Alimentación saludable y equilibrada.

Edad recomendada \_\_\_\_\_

Alumnado de 6 a 10 años.

Descripción de la actividad/Metodología \_\_\_\_\_

Para realizar esta actividad haremos tres grupos en la clase: un grupo serán peces, otro grupo serán moluscos y el tercer grupo serán crustáceos.

Se repartirán láminas de diferentes peces, moluscos y crustáceos comestibles, los más habituales en nuestras cocinas, para que los recorten y los peguen en cartulinas de diferente color para los peces, moluscos y crustáceos. Se identificarán los productos para asentar su identificación por el alumnado.

Toda la clase identificará nombres concretos de pescados (merluza, anchoas, bonito...), moluscos (chirlas, mejillones, pulpo, calamares...) o crustáceos (nécoras, langostinos, gambas...). Pueden ampliarse todo lo posible sin limitarse a los usados en los collages.

En los grupos comentarán si les gusta el pescado, los moluscos y los crustáceos, y cada uno elegirá lo que quiere comer, para decirlo en casa.

Se propondrá que acompañen a sus padres/madres a la compra para poder reconocer en la pescadería las especies vistas en clase, y proponer adquirir alguna para cocinarla y comerla en familia.

En atención a la diversidad, para el alumnado con NEAE, se dispondrá de los recursos humanos precisos (PT, educador o educadora, logopeda), y les ayudarán activamente profesorado, tutores o tutoras o alumnado ayudante, según las necesidades concretas.

Deberá tenerse en cuenta las alergias alimentarias del alumnado.



Aukeratu  
osasuntsu jatea  
Zu irabazle!



Elige  
comer sano  
¡Tú ganas!

*Euskadi, auzolana, bien común*

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

Calendario tipo/Duración \_\_\_\_\_

1 sesión, 45 minutos.

Ámbito de la actividad \_\_\_\_\_

Comedor escolar  Aula  Casa  Otros

Recursos necesarios \_\_\_\_\_

**Humanos:**

Profesor/a.  
Familia.

**Materiales:**

Material de apoyo con fotos de las diferentes especies para recortar (sin perfil).  
Tijeras.  
Pegamento.  
Cartulinas al menos de tres colores diferentes.

Indicadores de la actividad \_\_\_\_\_

Mediante evaluación continua se valorará si:

- El alumnado distingue entre peces, moluscos y crustáceos.
- El alumnado ha realizado en casa recetas con los productos estudiados en clase.

Para más información (experiencias previas, material de apoyo, bibliografía...)

**Material de apoyo:**

- <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM017569.pdf>
- [http://www.alimentacion.es/imagenes/es/libro\\_Cant%C3%A1brico\\_tcm8-23000.pdf](http://www.alimentacion.es/imagenes/es/libro_Cant%C3%A1brico_tcm8-23000.pdf) (Pag .35)
- <http://pescadosymariscos.consumer.es/>

**Bibliografía:**

- Berge JM, MacLehose RF, Larson N, Laska M, Neumark-Sztainer D. La preparación familiar de alimentos y sus efectos sobre la calidad dietética y los patrones de alimentación de los adolescentes. J Adolesc Health. 2016; 59 (5): 530-536.

