

5^a EDICIÓN



FICHAS ★
EXPLICATIVAS
DOCENTES



PRIMARIA 5º y 6º - 3^{er} CICLO



ÚNETE A
LA LIGA SALUDABLE
Y LUCHA CONTRA INSANUS

CONTEXTO NARRATIVO

Al llegar al comedor, hay un cartel que anuncia: "Comedor fuera de servicio por avería." Vibra el móvil, es Vicky escribiendo en el grupo de La Liga Saludable: le acaban de avisar que una niña del cole, llamada Marta, tiene un autógrafo de Pedri. Se lo firmó en la plaza del barrio hace un mes y, según le cuentan, Pedri dejó un mensaje un poco raro... ¡Hay que encontrar ese autógrafo! tal vez ahí esté la pista que necesitan para ayudar a Pedri.



SINOPSIS

Este cuarto escenario, que se desarrolla en el pasillo al comedor, tiene una segunda pantalla (el comedor) a la que se podrá acceder tras la resolución del segundo reto..

PRESENCIA DE VICKY LÓPEZ

Los mensajes de Vicky, en el chat del móvil, informan que una niña llamada Marta tiene el autógrafo de Pedri, por lo que habrá que buscar este autógrafo para seguir resolviendo los retos de esta aventura.

PRESENCIA DE PEDRI

Aparece el mismo cartel de la aventura 3 en la entrada del comedor, una vez resuelto el reto 2. En ese cartel, aparecen él y Vicky con el siguiente mensaje: "Haz deporte y recarga tu energía con fruta. Un plátano al día puede cambiar tu partido".

2 STICKERS ESCONDIDOS

Estos elementos mejoran la puntuación. Cada vez que se encuentra la pegatina o "sticker", se pega al móvil.

OBJETIVO DIDÁCTICO

Valorar la importancia de la **alimentación equilibrada**, así como las **porciones** de cada grupo de alimentos para lograr un menú saludable.

VINCULACIÓN CURRICULAR

EDUCACIÓN FÍSICA

SABERES BÁSICOS 3º CICLO PRIM.

A. Vida activa y saludable

- **Características de alimentos naturales.** Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.
- **Salud social:** la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas.

CONOCIMIENTO DEL MEDIO NATURAL, SOCIAL Y CULTURAL

SABERES BÁSICOS 3º CICLO PRIM.

C. Sociedades y territorios

- **Conciencia ecosocial.** La alimentación equilibrada y sostenible.

RETOS

Los mensajes del móvil informan que Marta, una alumna del colegio, tiene un autógrafo de Pedri, por lo que hay que abrir su taquilla tras introducir un código de 3 números.

- Abrir la taquilla (reto 1) para leer la nota, el autógrafo y abrir la mochila para coger el manual de explorador.
- Entrar al comedor (reto 2) una vez introducido el código en el lateral de la puerta de entrada.
- Abrir el armario rojo para coger el manual de la tablet (reto 3) y activar la tablet que tiene el cocinero.
- Montar un plato del menú con las raciones indicadas en la tablet (retos 4 y 5)
- Abrir la otra taquilla para recoger el billete de avión (reto 6)

A TENER EN CUENTA

- En cada escenario, la situación y contexto se explican **en los mensajes del móvil**.
- En cada escenario, se podrán obtener **todas las pistas que se soliciten**, apareciendo pistas del reto secundario una vez se hayan dado todas las pistas de los retos principales.
- En cada escenario habrá un reto secundario de buscar dos elementos escondidos en el escenario que sumarán **puntuación en el ranking de juego y torneo interescolar**.



RETO 1 ABRIR LA TAQUILLA DE MARTA

1. Abrir la taquilla de Marta. Para ello, hay que fijarse en el cartel del tablón de anuncios y descubrir el código numérico que abre la taquilla: se pueden ver cómo algunas letras están en negrita: u-n-o / t-r-e-s / d-o-s. (Pista 1)
2. Introducir el código **132** en el candado de esa taquilla. Una vez abierta, coger todos los elementos y guardarlos en la barra de inventario: leer el autógrafo de Pedri, la nota de mamá y el manual de explorador se encuentra dentro de la mochila.



RETO 2 ABRIR LA PUERTA DEL COMEDOR

1. Abrir la puerta que da acceso al comedor: hay que fijarse en el luminoso que está encima de la puerta y anotar las luces intermitentes que aparecen tras encenderse la luz roja, pues se corresponden con un código Morse que se encuentra en el manual de explorador.
2. La portada del manual de explorador tiene la relación de los números Morse.
3. Obtener el código. Las luces intermitentes en Morse se corresponden con los números 111 y se abre la puerta que lleva al comedor.
4. Para oír el sonido del código Morse, hay que tener abierto el manual y seguir los pitidos que determina cada número.



RETO 3 ACTIVAR LA TABLET

1. Recoger el elemento que hay dentro de la papelera: un trozo del manual de la tablet.
2. Activar la tablet que está en el mostrador de la cocina. Para desbloquearla, hay que encontrar la serie de 3 colores que corresponde con el código de la tablet.
3. Para ello, hay que encontrar una llave roja que está camuflada en la bata que está colgada o en el suelo del comedor.
4. Abrir con ella el armario rojo. En su interior se encuentra el manual de la tablet.
5. Seleccionar la hoja rota y el manual para completar la página que tiene el código de colores (**violeta / naranja / amarillo**).
6. Combinar primero los colores primarios para obtener los 3 colores secundarios del código: el violeta se obtiene de mezclar rojo y azul; el naranja, con el amarillo y el rojo, y el amarillo, combinando los dos amarillos ya que es un color primario.



RETO 4 SACAR LOS PLATOS PARA EL MENÚ

1. En la nota que está pegada a la Tablet aparecen 3 formas geométricas: cuadrado, triángulo y pentágono.
2. El número de lados de cada figura es la clave (435) para abrir el armario que guarda los platos necesarios para el siguiente reto.
3. Sacar los platos y guardarlos en la barra de inventario.



RETO 5 MONTAR UN PLATO CON LAS RACIONES INDICADAS EN EL MENÚ

1. Anotar lo que indica la Tablet y en el póster: ensalada de tomate, merluza al horno, patatas asadas, mandarinas, agua y pan integral, con las porciones indicadas. (Pista 2)
2. Seleccionar el plato de la barra de inventario y clicar en la bandeja de la comida: seleccionar los alimentos ahí dispuestos y montar el plato siguiendo las raciones.
3. Comparar las cantidades indicadas en la Tablet, el póster y la bandeja, y completar las raciones: **4 ensalada; 3 merluza; 2 patatas; 2 mandarinas; 1 pan.**
4. Tras vaciar el plato, las mondadas y restos de alimentos forman 3 números: **543.**



RETO 6 ABRIR LA OTRA TAQUILLA

7. En esta última prueba, el código 543 permite abrir la otra taquilla y obtener el billete de avión a Canarias con el que finaliza el escenario



RETO SECUNDARIO ENCONTRAR LOS CÍRCULOS DEL PÓSTER

1. Como misión extra, se pueden encontrar los círculos que faltan en el poster de "Recuerda la importancia de sentarte bien." Uno en el interior de la mochila y otro en un azulejo del suelo.



ACTIVIDAD DE AULA SUGERIDA

Si queréis profundizar más sobre la **importancia de las proporciones de los grupos de alimentos**, os dejamos esta actividad grupal para hacer en la clase, en las asignaturas de **Conocimiento del Medio o Educación Artística**:

MATERIALES NECESARIOS (POR ALUMNO/A)



- 1 plato reutilizable de cartón, de los que se utilizan en los picnics.
- Cinta de carrocería para dividir las partes del plato.
- Témperas, rotuladores, etc. para darle color a cada parte del plato.
- Recortes de imágenes, ilustraciones o fotografías (de folletos) de los grupos de alimentos.

PROCEDIMIENTO Y DESARROLLO



Cada alumno y alumna va a diseñar su propio plato.

Para ello, tendrá que dividirlo en las proporciones indicadas en el juego.

Para ello, pide que primero hagan la división del plato con la cinta de carrocería, y luego, que pinten sin manchar las 3 porciones del plato.

- Delimitar la mitad del plato (el equivalente a $\frac{1}{2}$ ración)
- Delimitar dos cuartos de plato (que equivalen a dos raciones de $\frac{1}{4}$).



Una vez seco, deberán situar el grupo de alimentos que se corresponden a cada porción.

Para ello, podrán dibujar cada alimento, escribir el grupo al que pertenecen, o recortar imágenes e integrarlos en cada porción a modo de collage, etc. de manera creativa:

- La $\frac{1}{2}$ del plato se corresponde con el grupo de los micronutrientes, las vitaminas y sales minerales: son las frutas, las verduras y hortalizas.
- Un $\frac{1}{4}$ del plato se corresponde con el grupo de los carbohidratos: son los cereales y los tubérculos (patatas).
- El otro $\frac{1}{4}$ del plato se corresponde con el grupo de las proteínas: son el pescado, la carne y las legumbres.