



**MATERIAS:** EDUCACIÓN ARTÍSTICA, VALORES SOCIALES, DESTREZAS LINGÜÍSTICAS (EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA)

**EDAD:** 2º ESO ( 13-14 años)

## OBJETIVOS DE LAS FICHAS DE TRABAJO

¿Qué papel juega la socialización en la mesa en la adquisición de hábitos de alimentación? Y en este sentido, **¿cómo afecta el uso de la televisión y el móvil mientras comemos?**

Además de para saciar el hambre, nos sentamos a comer con otras personas por muchos motivos: conversar con amigos o familia, cerrar un negocio o para celebrar un cumpleaños, por ejemplo. En cualquiera de ellos, se produce un elemento clave en la construcción de hábitos de alimentación: la socialización en la mesa.

**Los hábitos de alimentación se construyen desde la infancia, imitando a los mayores.** Aprendemos por imitación a utilizar los cubiertos, a aderezar la ensalada o a mojar el pan en la salsa, entre muchas otras cosas.

Mientras comemos juntos en la mesa, tenemos la oportunidad de compartir comida y vivencias. Aprendemos la diversidad de alimentos que forman parte de la dieta y de las celebraciones. Descubrimos cómo se han preparado o cocinado las recetas, y observamos algunas normas de conducta.

En el estudio realizado por la Cooperativa Consum el año 2017, entre los escolares de 8 a 15 años participantes en la 12ª Edición del Concurso de Cuentos Día Mundial del Consumidor, descubrimos

que más de un **73% de los alumnos participantes de ESO, ven la televisión o están con el móvil mientras comen o cenan en la mesa** con otras personas, ya sea amigos o familia. ¿Necesitaremos entonces educar en el uso responsable de la televisión y el móvil?

En las actividades que os proponemos a continuación, el alumnado reflexionará sobre el uso de la tecnología en la mesa y sacará sus propias conclusiones.

### Trabajo en equipo

- 1 \_ Reflexión: ¿Qué aprendemos en la mesa?
- 2 \_ Taller de teatro

#### 1 \_ Reflexión: ¿Qué aprendemos en la mesa?



A través del [video corto “Pass the salt”](#) en el que se representa una situación familiar, alrededor de la mesa, puedes reflexionar con el alumnado qué es lo que sucede y qué les parece.

Al final del video, puedes mostrarle las dos hipotéticas situaciones que se producen en esa

mesa. ¿Cuál de las dos es?

Esta reflexión puede dar pie a que se animen a explicar, por ejemplo, qué pasa mientras desayunan en el recreo, o cuando salen a merendar juntos.

¿El protagonista es el teléfono móvil o son ellos mismos? ¿Piensan que se están perdiendo lo que pasa a su alrededor? ¿Qué tendría que cambiar para dejar a un lado los móviles?

## 2\_ Taller de teatro

Partiendo de las reflexiones y conclusiones de la actividad anterior, vamos a pedir al alumnado que, organizado por equipos, represente diferentes situaciones en las que se socializa o no, explicando sus vivencias y preocupaciones, mientras están comiendo con amigos o familia.

Entre todos, podéis definir qué situaciones vais a representar, por ejemplo:

- A primera hora de la mañana varios compañeros han reñido por algún motivo.
- La hora del desayuno, en el recreo, puede ser un buen momento para comentar qué ha pasado y limar asperezas.
- Esta situación se puede representar en dos versiones:
  - Versión 1: ¿Qué puede pasar si los protagonistas son ellos mismos?
  - Versión 2 ¿Y si el protagonista son los móviles?



Finalizada cada representación, entre toda la clase deberán extraer sus propias conclusiones, valorando si el uso de los móviles, en esas situaciones, les ha ayudado a resolver la situación planteada o no.

En el ejemplo anterior, dejar los móviles a un lado puede suponer conversar sobre lo que ha pasado, conocer los motivos que ha llevado a unos y a otros a reñir, para decidir cómo resolver las discrepancias. En cambio, si los móviles son los protagonistas, puede que conversen de manera divertida, sobre alguna situación que se produce en las redes sociales, pero perderán la oportunidad de conocerse mutuamente para evitar posibles discrepancias futuras.