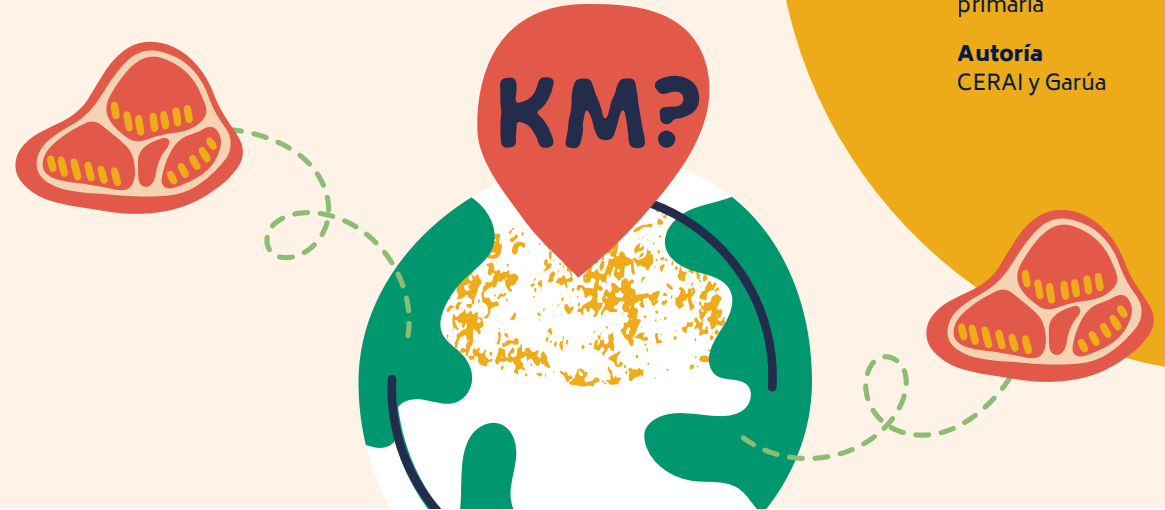




**COCINANDO
FUTURO**

Cuida el mundo
con lo que comes

Alimentos kilométricos



Nivel:
1er ciclo de educación
primaria

Autoría
CERAI y Garúa

● Objetivos

- Saber **diferenciar** los alimentos de cercanía y los kilométricos, y conocer algunos de los impactos ambientales de uno y otro tipo.
- Motivar para el consumo de **alimentos producidos en el país**.

● Competencias trabajadas y enfoques transversales integrados

Competencias trabajadas:

- **Competencia matemática básica:** El alumnado trabaja con magnitudes reales (kilómetros, comparaciones, sumas).
- **Competencia en comunicación lingüística:** Se desarrolla al explicar ideas, leer tarjetas y participar en el debate.
- **Competencia de aprender a aprender:** El alumnado construye el conocimiento a partir de la experiencia.
- **Competencia en conciencia y hábitos de consumo responsable:** Se introduce la idea de consumo consciente.

Enfoques transversales integrados:

- **Sostenibilidad Ambiental:** Se promueve la elección de alimentos con baja huella de carbono, haciendo explícita la relación entre distancia, transporte y contaminación.
- **Igualdad de Género:** Fomentamos la participación equitativa de niños y niñas en todas las actividades del taller: a la hora de dar la palabra, elegir representante y rotar roles o dando visibilidad a todas las voces en la puesta en común.
- **Diversidad cultural:** Se reconoce y respeta la diversidad en las preferencias y hábitos alimenticios del alumnado. Reconocemos en el mapa los lugares de origen del alumnado y se incluyen los diferentes nombres de los alimentos según procedencia.
- **Cultura de Paz:** promovida por la cooperación entre los equipos.

Desarrollo y temporalización



Materiales de la actividad

- [Anexo Ingredientes del cocido](#)
- Imágenes de camiones y nubes negras para imprimir ([Anexo camiones y contaminación](#))
- Lana de color rojo y verde
- Celo, cinta de pintor o blu tack
- Tijeras, papel continuo, siluetas de los continentes implicados en papel o cartulina, rotuladores



Desarrollo:

5 MIN

Introducción: Presentación de la actividad e iniciamos lanzando preguntas del tipo: ¿Qué creéis que es un alimento kilométrico? ¿Suena a cerca, lejos...? Se recogen sus respuestas y se aclaran dudas.

10 MIN

Explicamos que vamos a hacer dos cocidos: uno con ingredientes que vienen de lugares cercanos y el otro con ingredientes que vienen de países muy lejanos y que han recorrido miles de kilómetros. Se crean 12 equipos (parejas o tríos), la mitad serán de cercanía y la otra mitad, kilométricos. Es importante que se identifiquen con sus equipos aliados y entiendan qué les diferencia del otro cocido. **Cada equipo recibirá una tarjeta con un ingrediente y los kilómetros que ha recorrido (Anexo Ingredientes del Cocido).**

15 MIN

Cada equipo lee su tarjeta, se levanta y la coloca en el panel en el lado que corresponde (cocido de cercanía o kilométrico). Mientras colocan una a una cada tarjeta, se indica de qué país viene ese ingrediente y el equipo pone un trozo de lana desde ese lugar hasta Madrid (o el municipio del colegio), cortando la medida de lana que corresponda. Se usará lana verde para los ingredientes de cercanía, y roja para los kilométricos.

GARBANZO Sierra Oeste Madrid (50 km) vs México (9000 km)	ZANAHORIA Valladolid (150 km) vs Alemania (1900 km)
TERNERA Ávila (100 km) vs Brasil (6200 km)	CEBOLLA Ciudad Real (200 km) vs Países Bajos (1800 km)
POLLO Valencia (350 km) vs Marruecos (1300 km)	FIDEOS Barcelona (650 km) vs norte Italia (1800 km)
SUMA: 1.500 km cercanía vs 22.000 km kilométricos (14 veces más)	

10 MIN

Los 6 equipos que tienen los ingredientes del cocido de cercanía deberán pegar con celo los 6 trozos de lana verde entre sí; mientras que los 6 equipos de kilométricos harán lo mismo con la lana roja, de forma que se vea la suma total de la distancia acumulada por los alimentos en uno y otro caso. Las distancias recorridas contrastarán radicalmente y será muy visual cuando **ambos trozos de lana se peguen a las paredes del aula, asociando a cada uno un camión** (como medio de transporte genérico; podemos comentar que los ingredientes de otros continentes han viajado también en barco).

10 MIN

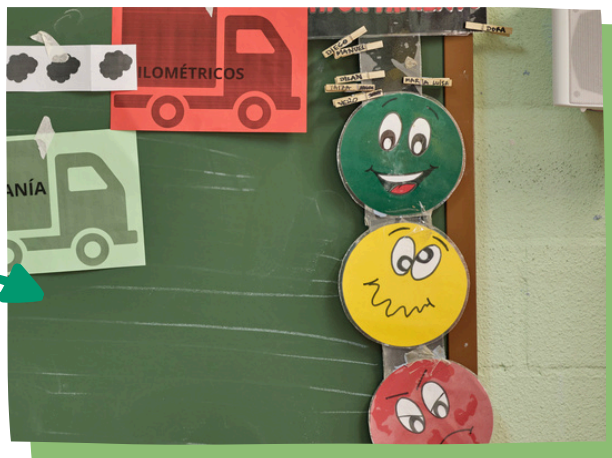
Puesta en común: se comentará en plenario el contraste de distancias, reflexionando sobre el efecto de ese transporte en la emisión de humo contaminante. Para representar esto visualmente, **se pegarán las nubes de contaminación junto a cada uno de los camiones** (2 en el verde, 28 en el rojo), lanzando preguntas como "¿Quién respira esa contaminación? ¿Es buena para la salud? ¿Y para la de los otros seres vivos que también la respiran?".

5 MIN

Conclusión y cierre. "¿Qué hemos aprendido hoy? ¿Cómo podemos cuidar de la salud de las personas y el planeta cuando elegimos alimentos?" **Reforzamos la importancia de elegir, en el momento de la compra, alimentos que hayan sido producidos dentro de la Península Ibérica**, lanzando al grupo diferentes supuestos: ¿Compraremos plátano canario o banana de Ecuador? ¿Aguacates de Andalucía o de Perú? ¿Naranjas valencianas o sudafricanas? Etc.

Fotografías de la actividad

Ideal dejar el material en el aula de manera permanente



Clasifican ingredientes de cercanía o kilométricos



Usamos mapas grandes para obtener trozos de lana grandes

Observaciones y adaptaciones

La actividad podría ampliarse con algunos contenidos de geografía consultando en un mapa la procedencia de los alimentos kilométricos.

Elaborado por:

Financiado por: