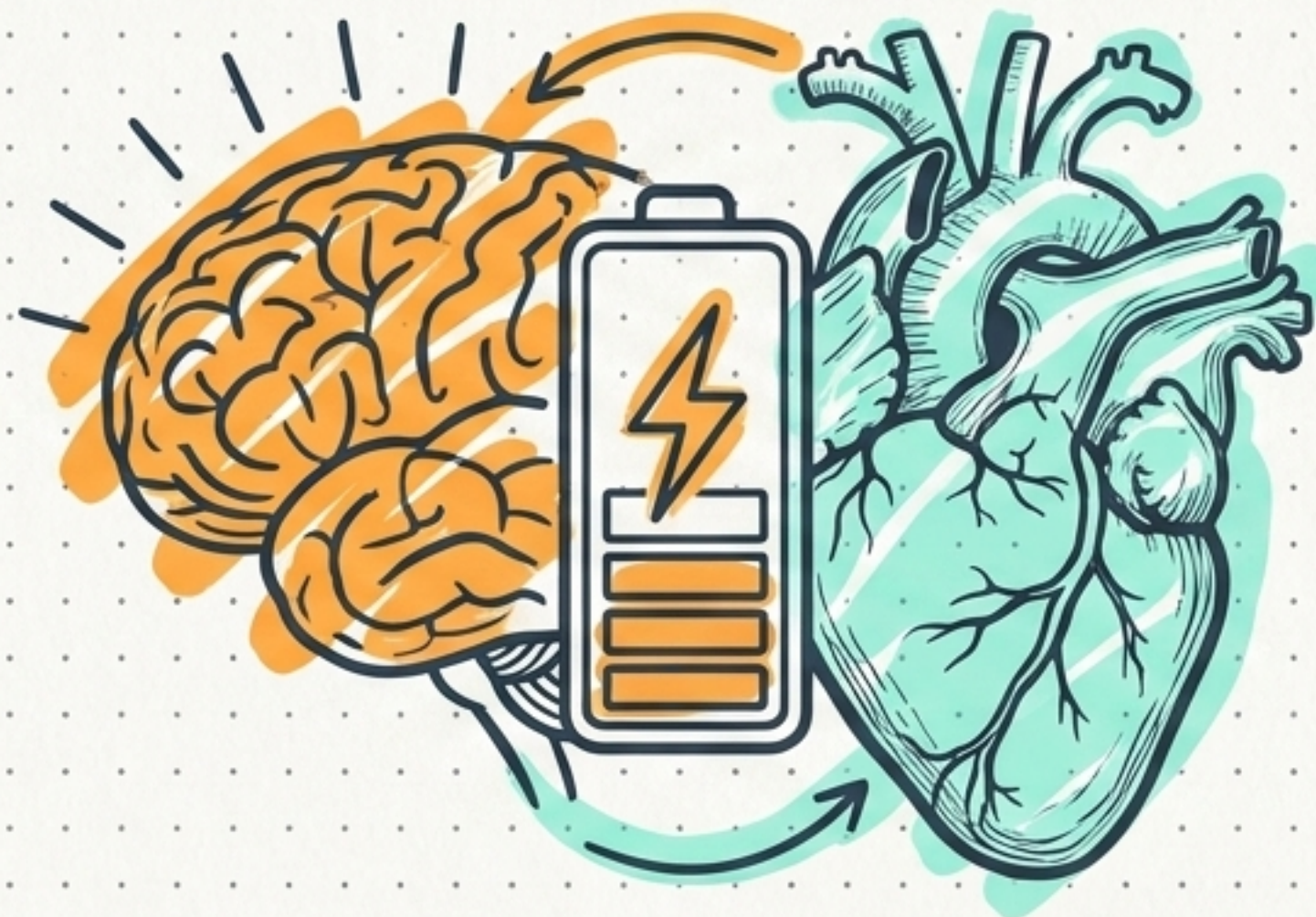


¡Actívate por dentro y por fuera!

Programa de investigación escolar en el aula.



Centro: CEIP León Motta,
Antequera (Málaga)

Etapas: 6º Primaria
(Tercer Ciclo)

Área: Cuerpo humano y
hábitos saludables

El Diagnóstico: La realidad de nuestro alumnado



Descanso y Alimentación

Carencias significativas en rutinas de sueño y desayunos poco equilibrados.
Cansancio frecuente en el aula.



Actividad Física

Baja tasa de movimiento autónomo y juego activo.



Consumo Digital

Fuerte influencia de redes sociales.
Condiciona la autoestima, la imagen corporal y la gestión emocional.

El **contexto** social (entorno socioeconómico medio-bajo) exige una intervención escolar directa para prevenir el fracaso académico derivado de la falta de bienestar.

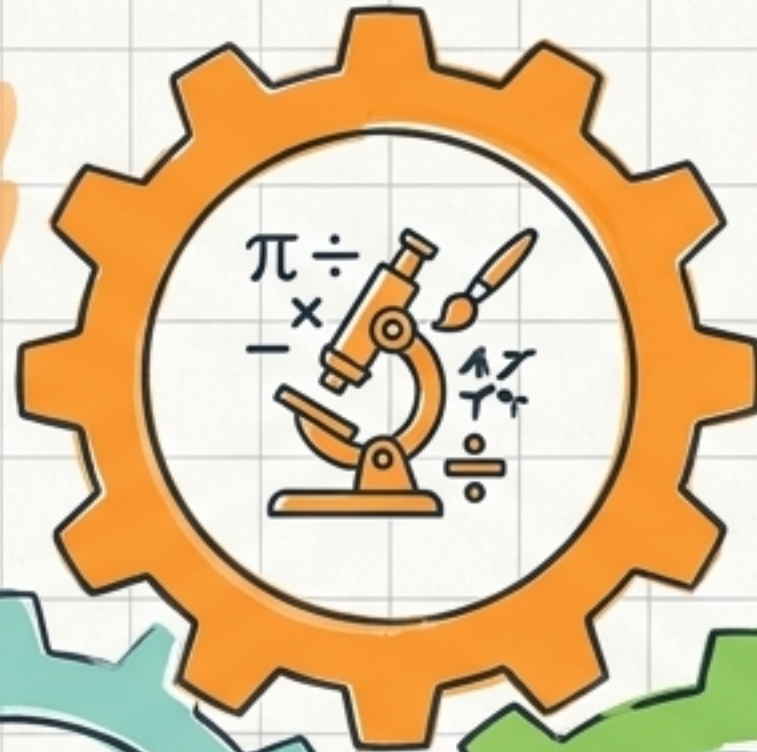
Nuestra Hipótesis de Intervención



“ Si el alumnado comprende científicamente cómo funciona su cuerpo, desarrollará la autonomía y responsabilidad necesarias para tomar decisiones saludables y sostenibles.

El Motor de la Innovación Pedagógica

Metodología STEAM



Integración activa de Ciencia, Tecnología, Arte y Matemáticas.
Curiosidad científica y resolución de retos reales.

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)

Enfoque 100% inclusivo.
Experiencias multiniveladas.
Garantiza la participación de todo el alumnado, respetando ritmos y estilos.



Aprendizaje Cooperativo

Construcción colectiva del conocimiento.
Codocencia activa y roles rotativos en el aula.



Inclusión Total: Vinculación con la Taxonomía de Bloom



La Órbita del Proyecto: Fases de Investigación



Fase I: De la Curiosidad a la Hipótesis

Lluvia de Ideas

Selección
Democrática

La Gran Pregunta



Clasificación DUA con soporte visual.
Votación mediante pegatinas.
Implicación inicial de familias.

¿Cómo afectan los hábitos de sueño, alimentación y actividad física a nuestro nivel de energía y bienestar durante el día?

Predicción vs. Hipótesis: El alumnado aprende a formular conjeturas basadas en la observación.

Fase II: Matriz del Laboratorio de Investigación

Grupo de Estudio	Variable Independiente (La Acción)	Variable Dependiente (Lo que medimos)	Herramienta de Registro
 Grupo A - Alimentación	Desayuno equilibrado (fruta + lácteo/cereal). ✓	Nivel de energía por la mañana. ✓	Escala visual de energía diaria (caras/colores). ✓
 Grupo B - Movimiento	+10-15 min de juego activo en recreo. ✓	Estado de ánimo post-ejercicio. ✓	Ficha de observación y cronómetro. ✓
 Grupo C - Descanso	Higiene del sueño (acostarse 15-30 min antes). ✓	Nivel de concentración en el aula. ✓	Diario de sueño y escala de atención. ✓

Fase II: Ecosistema de Recogida de Datos

Lo Analógico & Visual (DUA)



Registros diarios con pictogramas, cartulinas de frecuencias, material manipulativo para garantizar la accesibilidad cognitiva.

Lo Digital & Analítico (STEAM)



Uso de tablets para encuestas, hojas de cálculo para promedios, y Pizarra Digital Interactiva (PDI) para discusión grupal de gráficas.

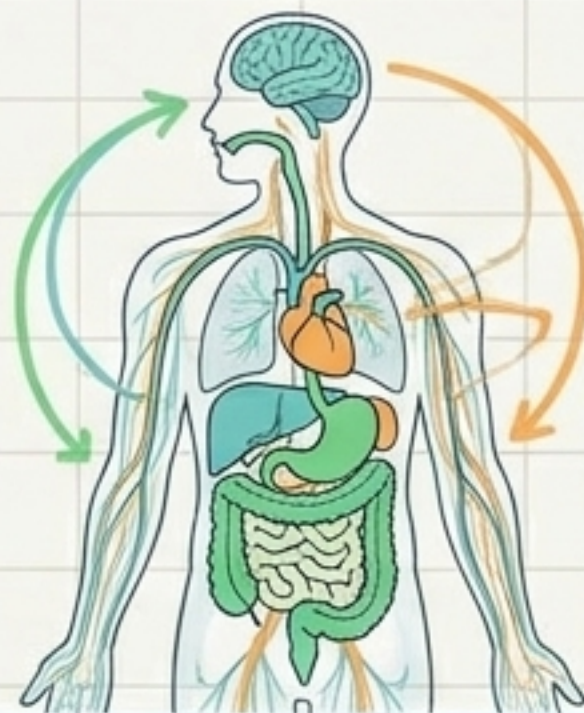
Fase II: Prototipado y Evidencias STEAM

Calendario de Hábitos



Diseño de un calendario visual para integrar en el aula y en casa.

Maqueta del Cuerpo Humano



Representación de los sistemas afectados por los hábitos, integrando datos reales.

El Informe Visual



Diarios de aprendizaje STEAM y carteles de conclusiones elaborados en equipo.

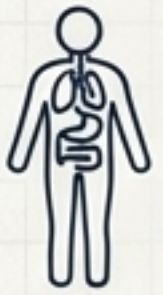


Fase III: Difusión y Conciencia Comunitaria



Integración Curricular Transversal (Tercer Ciclo)

Acción Investigadora



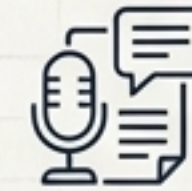
Ciencias Naturales

Acción: Estudio de los sistemas del cuerpo y efectos de la higiene/descanso.



Matemáticas

Acción: Recogida, representación e interpretación de datos en gráficos de barras.



Lengua Castellana

Acción: Redacción de conclusiones, grabación de podcasts y exposición oral.



TIC (Competencia Digital)

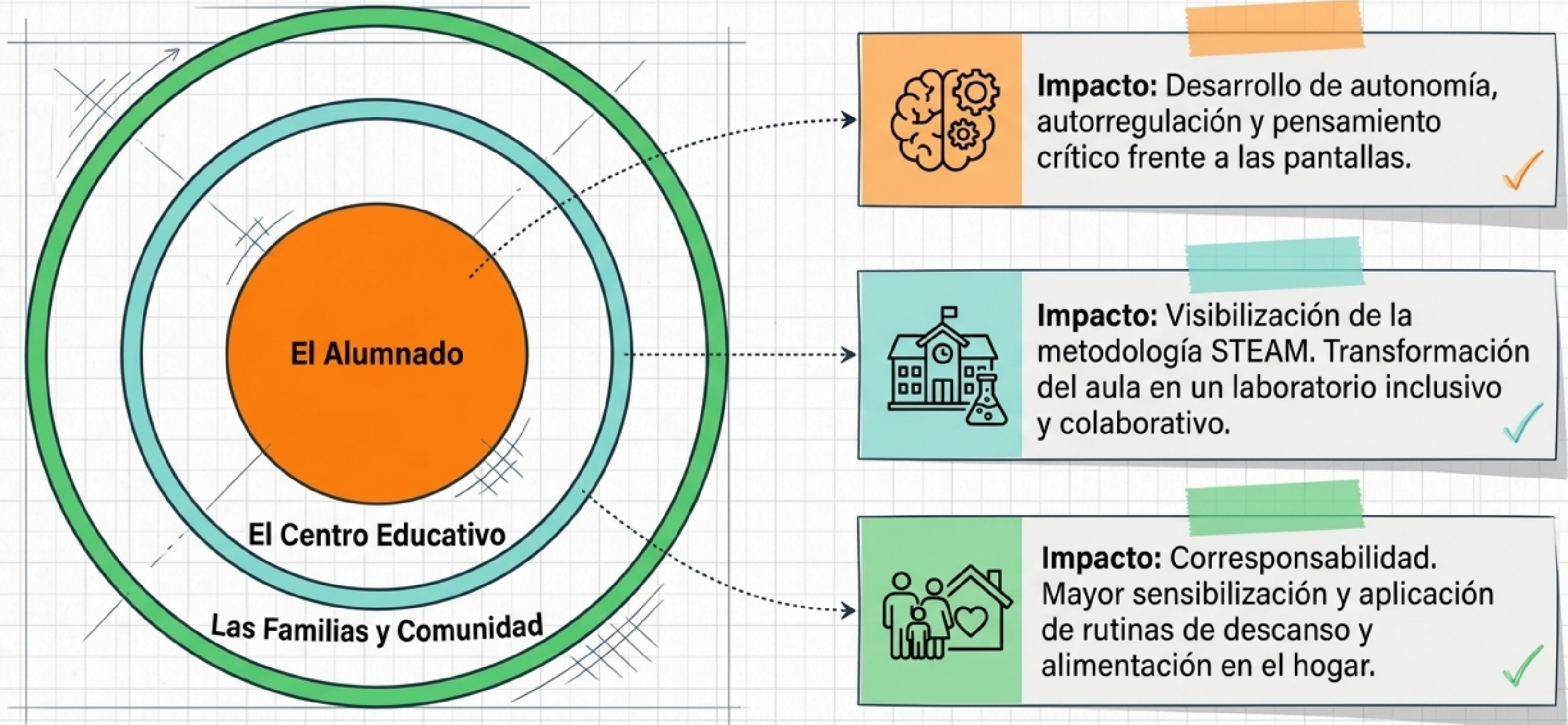
Acción: Uso autónomo de tablets, hojas de cálculo y herramientas de diseño.



Educación Física

Acción: Práctica y registro del impacto del movimiento en el estado de ánimo.

El Ecosistema del Bienestar: Repercusión Esperada



Nuestro Compromiso Global



Objetivo de Desarrollo Sostenible 3: Salud y Bienestar. Promover el bienestar para todos en todas las edades.

“ **¡Actívate por dentro y por fuera! no es solo un proyecto de ciencias; es una intervención vital. Al convertir al alumnado en investigadores de su propio cuerpo, garantizamos que las lecciones aprendidas en el aula se transformen en hábitos para toda la vida.** ✓

”