

# MUCHO MÁS QUE RESIDUOS

CUADERNO DE ACTIVIDADES



UNIVERSIDAD  
DE BURGOS



**MUCHO MÁS QUE RESIDUOS**  
**CUADERNO DE ACTIVIDADES**



**UNIVERSIDAD  
DE BURGOS**

Esta obra es parte de los trabajos científicos pertenecientes al proyecto Convocatoria «Pruebas de Concepto» 2021 : Prototipos Curriculares Integrados e Inclusivos para propuestas STEAM, Referencia PDC2021-121498-I00



© Coordinación:

Jairo Ortiz-Revilla  
Ana María Verde Romeral

© Textos y diseño de actividades:

Jairo Ortiz-Revilla  
Ana María Verde Romera  
Alicia Martínez González  
Bruno P. Carcedo de Andrés  
María Pilar Alonso Abad

© Diseño y maquetación:

Jonatan de Blas Hernández  
Laura Rodríguez García  
Mario Alaguero Rodríguez  
Sofía Sanz Curiel  
Samuel Arias Tejedor  
Recursos de Envato Elements

© UNIVERSIDAD DE BURGOS

Edita: Servicio de Publicaciones e Imagen Institucional  
UNIVERSIDAD DE BURGOS  
Edificio de Administración y Servicios  
C/ Don Juan de Austria, 1  
09001 BURGOS - ESPAÑA

ISBN: 978-84-18465-69-7 (Obra completa)  
978-84-18465-70-3 (Cuaderno docente)  
978-84-18465-71-0 (Cuaderno de actividades)  
978-84-18465-72-7 (Librillo conceptual docente)

DOI: <https://doi.org/10.36443/9788418465697> (Obra completa)  
<https://doi.org/10.36443/9788418465710> (Cuaderno docente)

Edición: marzo 2024

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons  
[Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



# LAS MARCAS DE NUESTRA VIDA

1

Rellena las tablas



Marcas



Empresas



Otros





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender



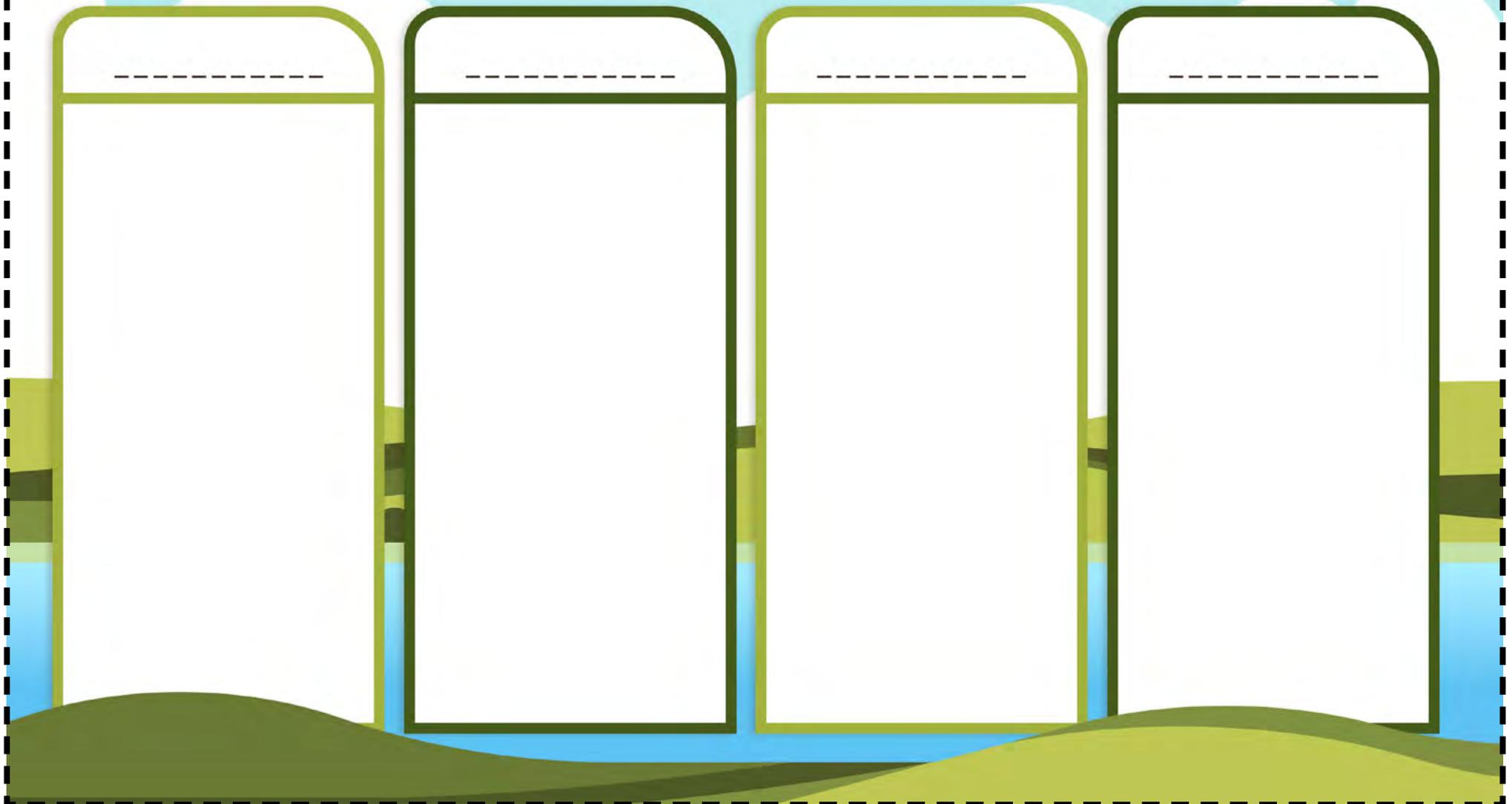


# NOS ACERCAMOS A LA ECONOMÍA CIRCULAR

2

¿Qué puedes hacer para mejorar la situación del planeta?

## CATEGORÍAS DE MEJORA



The form consists of four identical vertical rectangular boxes with rounded tops, arranged in a row. Each box has a dashed horizontal line near the top, indicating a space for a title. The boxes are set against a background of stylized green hills and a blue river at the bottom. The entire page is enclosed in a dashed black border.



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# LA ALIMENTACIÓN EN LA ECONOMÍA CIRCULAR

3

En un contexto de economía circular, ¿cómo puede ser nuestro colegio un ejemplo en alimentación?

---

---

---

**Situación de aprendizaje 1**

---

---

---

---

**Situación de aprendizaje 2**

---

---

---

---





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender



# LOS ALIMENTOS QUE CONSUMIMOS

4

Completa la tabla con tu menú semanal

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO							
COMIDA							
MERIENDA							
CENA							





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



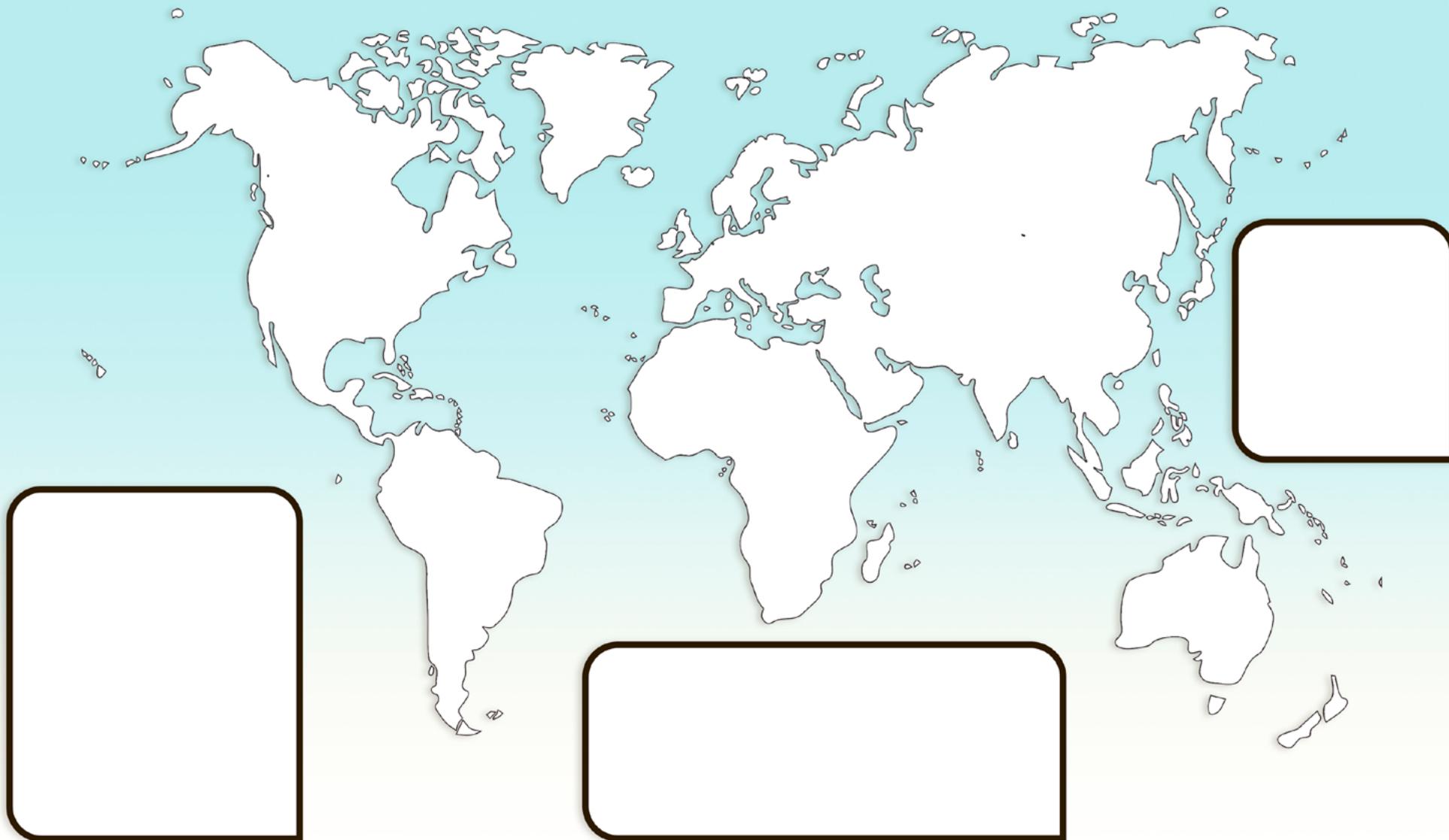
Quiero aprender



# LA PROCEDENCIA DE LOS ALIMENTOS

5

Situa los alimentos en el mapa según su origen y disponibilidad





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender

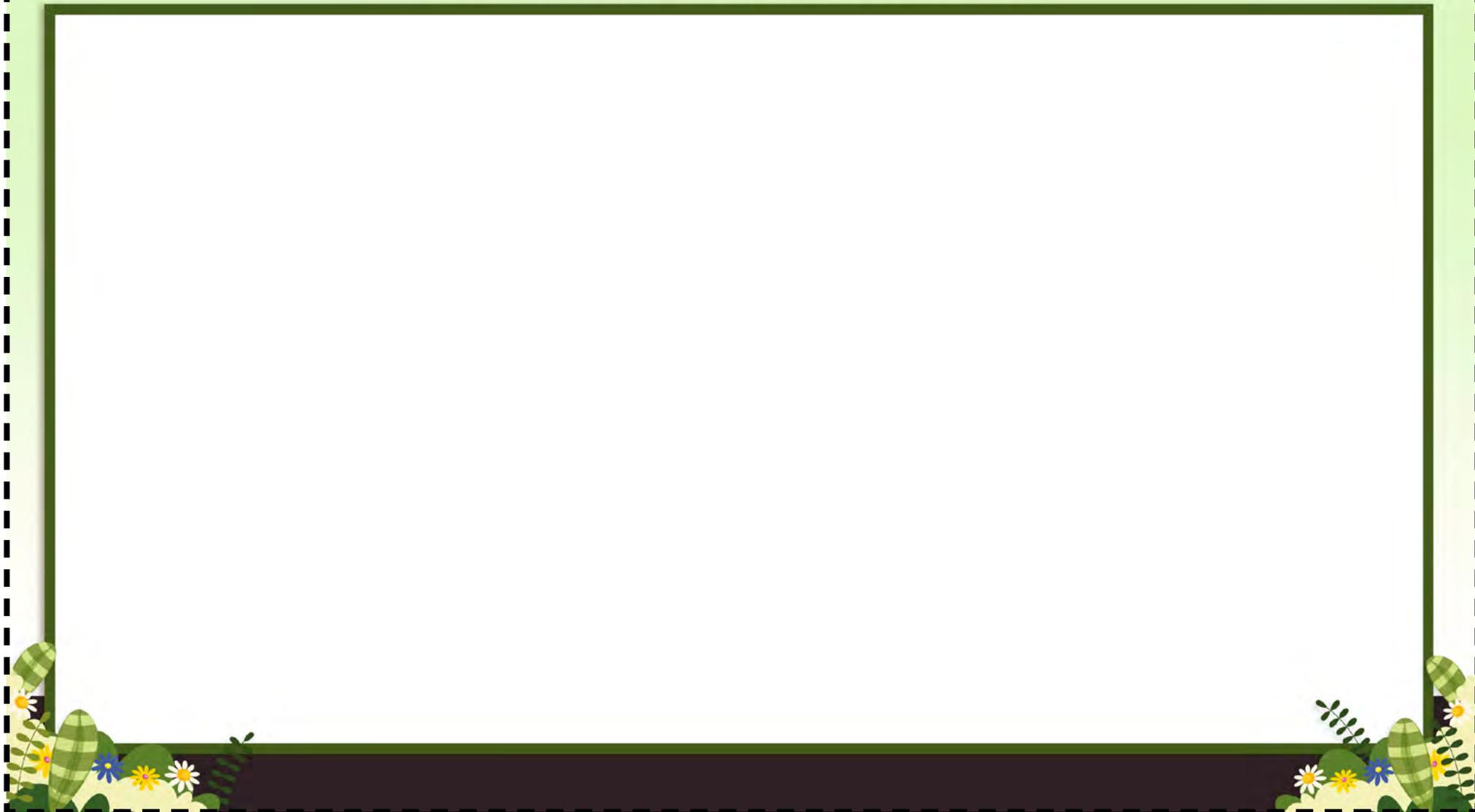




# MEJORANDO EN SOSTENIBILIDAD ALIMENTICIA

6

Crea un boceto de póster con métodos de conservación de alimentos  
que sean respetuosos con el medio ambiente





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender



# CÓMO CONSERVAMOS LOS ALIMENTOS

7

Enumera métodos de conservación sostenibles y no sostenibles

## MÉTODOS SOSTENIBLES



## MÉTODOS NO SOSTENIBLES





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender



# INGENIEROS/AS AL PODER

8

Busca información sobre cocinas solares

Imágenes

Información en línea

Una pista...



# INGENIEROS/AS AL PODER

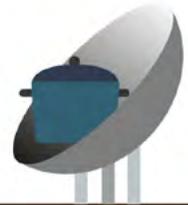
9

Busca información sobre cocinas solares

Dibujos

Otros

Una pista...

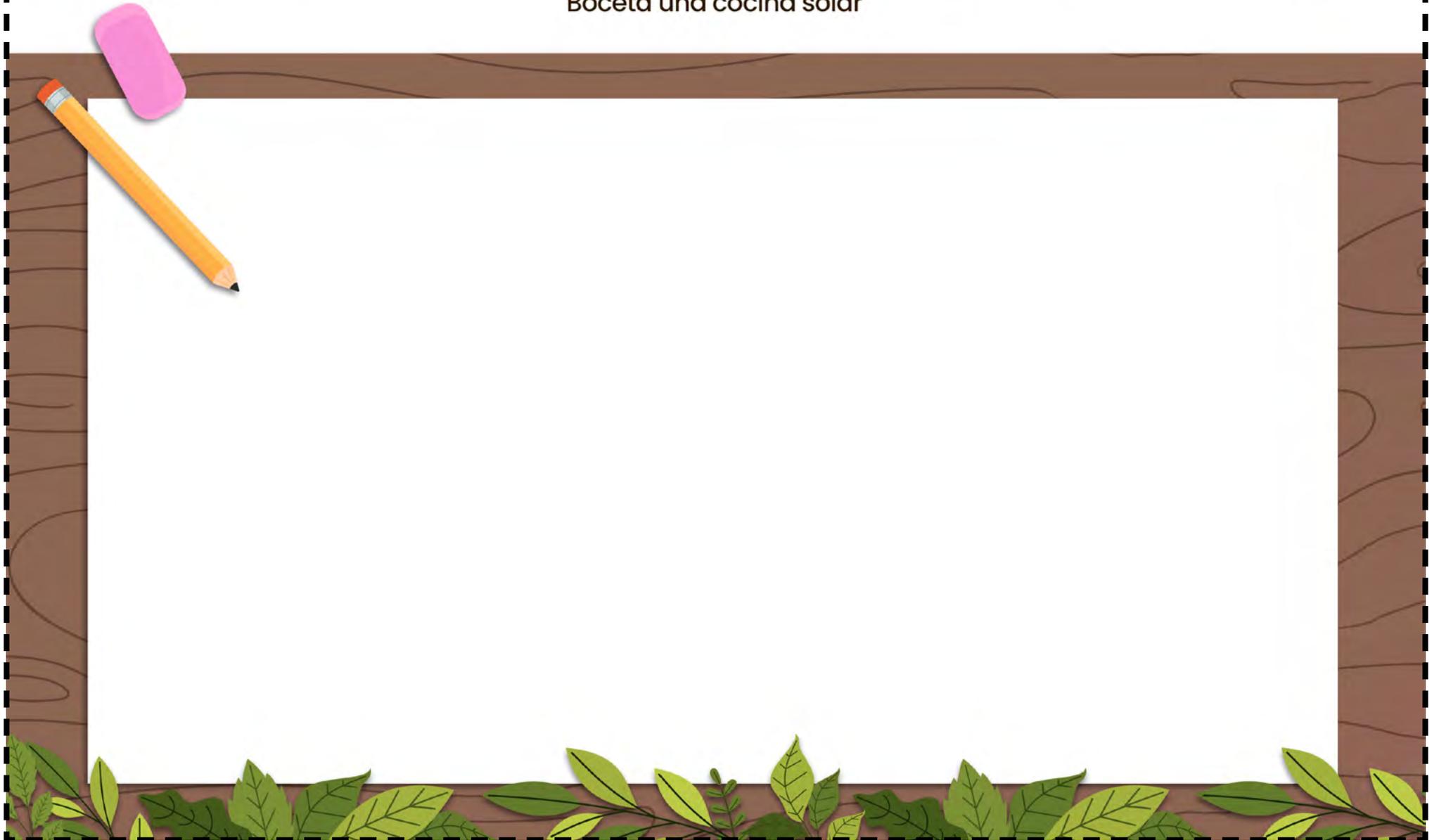




# DISEÑAMOS EL BOCETO

10

Boceta una cocina solar





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# MANOS A LA OBRA

Haz una breve lista con las tareas y los responsables y otra de los materiales

## Tareas y responsables

1

2

3

4

5

## Materiales





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



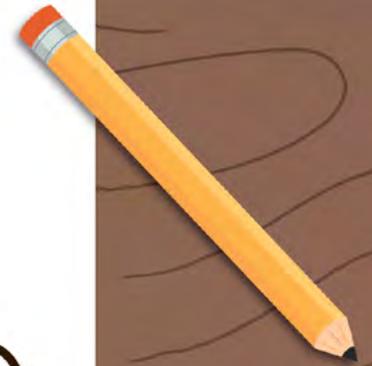
Quiero aprender



# ¿LA COCINA SOLAR FUNCIONA?

12

Dibuja un gráfico con la evolución de la temperatura



TIEMPO	15'	30'	45'	60'	...
TEMPERATURA					





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# MEJORANDO EL PRODUCTO

13

Apunta los fallos y mejoras que has detectado y dibuja el antes y el después de tu cocina solar

**FALLOS y MEJORAS**



**ANTES y DESPUÉS**





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender

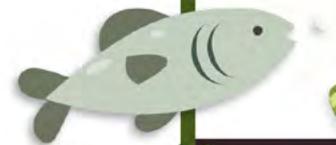
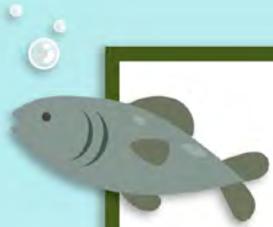




# CÓMO CONSERVAR EL PESCADO

14

Busca información sobre técnicas de conservación





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# PLANIFICAMOS Y DISEÑAMOS LA RECETA

Rellena con los pasos a seguir de la receta y la foto del resultado



Pega la imagen

**Pescado marinado:**  
Dinero:.....  
Cantidades:.....  
Ingredientes:.....  
Utensilios:.....



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# ¡MMM QUÉ RICO!

Puntúa del 1 al 10 tu receta según:

## TEXTURA

De muy blando/crudo  
a muy duro/seco

## CANTIDAD DE SAL

De muy soso a  
muy salado

## DULZOR

De muy poco dulce  
a muy dulce





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# ALIMENTACIÓN Y SALUD

17

Diseña una infografía sobre los problemas de la obesidad, cómo combatirla y los beneficios de una alimentación saludable



## ¿Qué es una infografía?

Una infografía es la representación visual de los propios textos; en la que intervienen descripciones, narraciones e interpretaciones, presentadas de manera gráfica normalmente figurativa





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# LOS PROBLEMAS DE MI ENTORNO

Plantea las siguientes preguntas a tu entorno y crea un listado de los problemas de salud que detectes

**PREGUNTAS IMPRESCINDIBLES:**

**PREGUNTAS SECUNDARIAS:**

**Listado**





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender

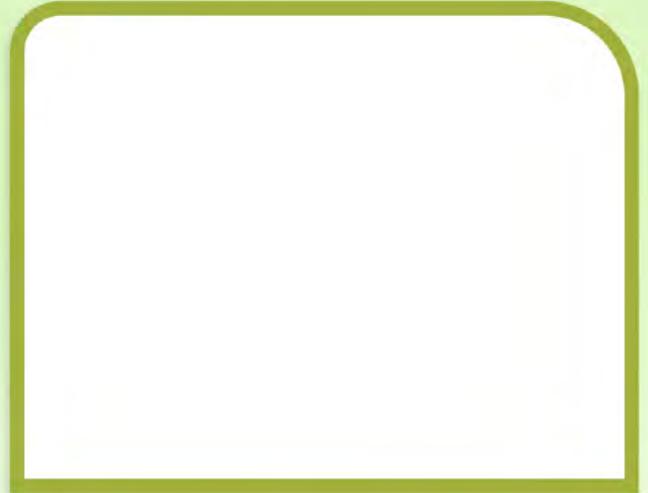




# ¿MI DIETA ES EQUILIBRADA?

19

Diseña 6 diapositivas para una presentación digital





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# ¿SON LOS CARBOHIDRATOS SALUDABLES?

20

Formula un total de 5 hipótesis en relación a los carbohidratos, la fécula y el almidón

1.

2.

3.

4.

5.





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# RECOPILANDO DATOS

Completa la tabla

	SI TIENE FÉCULA	NO TIENE FÉCULA
 <b>Galletas</b>		
 <b>Salchichas</b>		
 <b>Pan</b>		





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# ANALIZAMOS Y SACAMOS CONCLUSIONES

Completa las conclusiones pensando en tus hipótesis iniciales



Empty rounded rectangular box for writing conclusions.

Empty rounded rectangular box for writing conclusions.

Empty rounded rectangular box for writing conclusions.





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender



# ALMIDÓN HASTA EN LA SOPA

23

Anota la cantidad de fécula presente en este tipo de embutidos y productos cárnicos

## Carne

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| 1. Callos     | 13. Jamón serrano |
| 2. Cecina     | 14. Jamón york    |
| 3. Cerdo      | 15. Liebre        |
| 4. Choped     | 16. Lomo          |
| 5. Chorizo    | 17. Morcilla      |
| 6. Cochinillo | 18. Mortadela     |
| 7. Codorniz   | 19. Pato          |
| 8. Conejo     | 20. Pavo          |
| 9. Cordero    | 21. Perdíz        |
| 10. Corzo     | 22. Salami        |
| 11. Pollo     | 23. Salchichas    |
| 12. Gallina   | 24. Salchichón    |

## Cantidad de fécula

--	--



# PIENSO Y REFLEXIONO

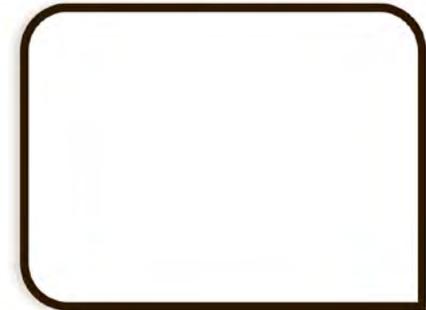
He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# ¿QUÉ NOS DICEN LAS ETIQUETAS DE LOS ALIMENTOS?

24

Pega las etiquetas recogidas en clase y explica el significado de los términos del recuadro inferior:

Pon tus etiquetas aquí

Valor nutricional:

Hidratos de carbono:

Azúcares:

Kcal:

Fecha de caducidad:

Fecha preferente:



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender



# EL SEMÁFORO ALIMENTICIO

25

A raíz de las etiquetas, coloca los alimentos en el color del semáforo según su valor nutricional



- Rojo:** alimentos no saludables
- Amarillo:** alimentos que debemos ingerir con moderación
- Verde:** alimentos saludables



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# NUESTRA APLICACIÓN ANIMADA

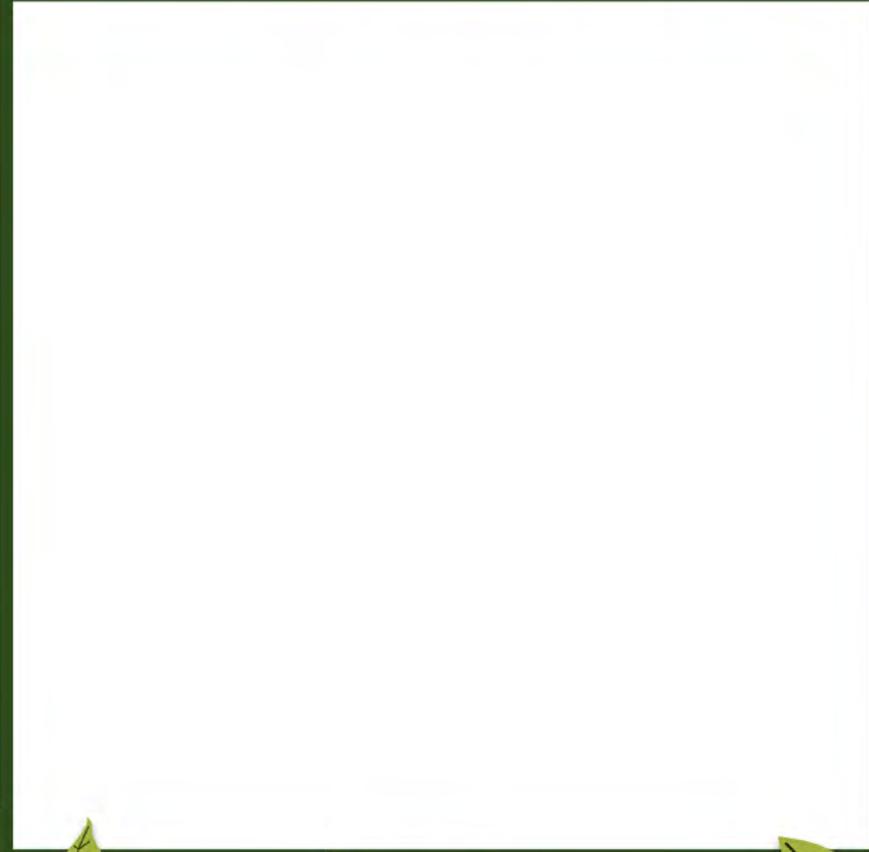
26

Antes de hacer la animación con SCRATCH, indica las ventajas y los inconvenientes de mantener una alimentación saludable:

**VENTAJAS**



**INCONVENIENTES**





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# EL ARTE DE LA ALIMENTACIÓN I

27

Busca obras de arte con los alimentos que han comido las sociedades a lo largo de la historia y pégalas aquí

**EGIPCIOS**

Pon tu foto aquí

**ROMANOS**

Pon tu foto aquí

**GRIEGOS**

Pon tu foto aquí

También puedes investigar las diferencias alimenticias entre oriente y occidente en tiempos medievales, modernos y contemporáneos

# EL ARTE DE LA ALIMENTACIÓN II

28

Busca hábitos de consumo a lo largo de la historia, como Apicio y la alimentación romana De Re Coquinaria

1

4

2

5

3

6



# CREAMOS UN BODEGÓN

29

Busca obras de arte en las que aparezcan alimentos: bodegones, retratos, banquetes, etc

Por ejemplo...



*Bodegón con canasta de frutas y espárragos*  
De Louise Moillon, 1630

Pon tu foto aquí

Analiza cómo se han representado los alimentos y cuáles son los elementos que configuran las formas y composiciones:



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# DISEÑAMOS EL BODEGÓN

30

Primero haz una lista de alimentos y otra de soportes y después diseña el bodegón





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# LA EXPOSICIÓN DE ARTE

Rellena la hoja de valoración de tu bodegón

## Valoración de la obra y mejoras:

- Estilo
- Presentación
- Justificación de la obra
- Defensa
- Mejoras a implementar





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# LA POBREZA EN EL MUNDO

Realiza la lista de la compra para un día con el presupuesto de las líneas internacionales de la pobreza (1,90\$, 3,20\$ y 5,50\$)



¿Qué alimentos se pueden adquirir en el umbral de la pobreza?

- 
- 
- 
- 
- 

¿Cuáles no?

- 
- 
- 
- 
-



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender

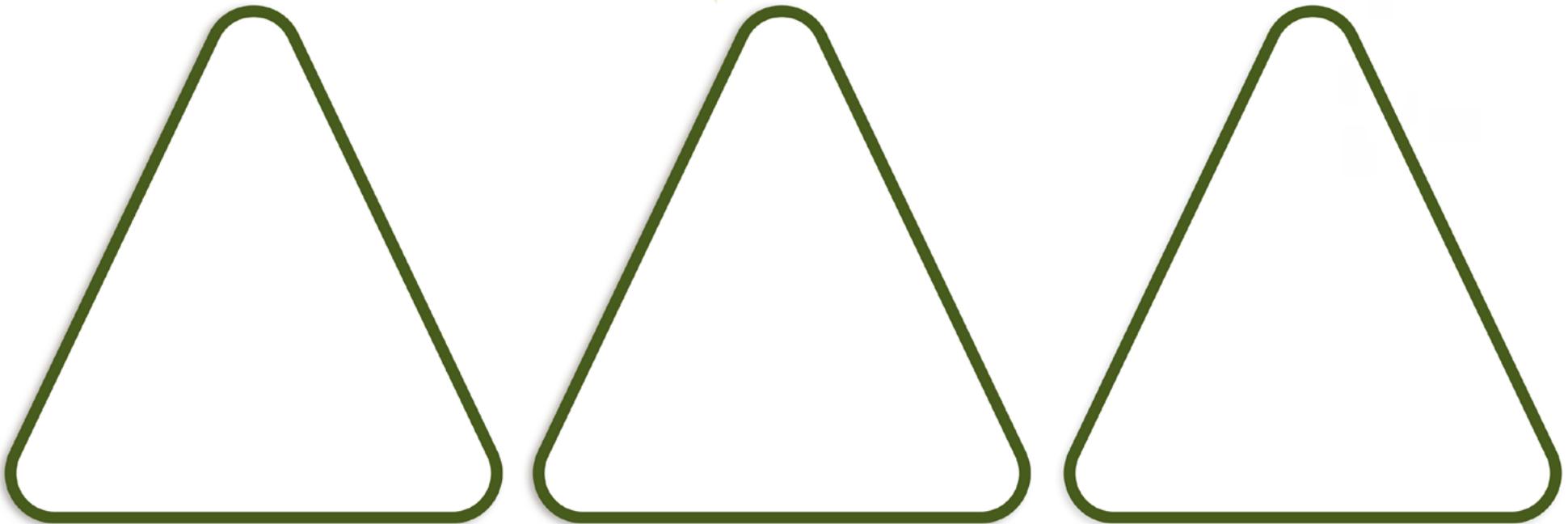




# PIRÁMIDES NUTRICIONALES DEL MUNDO

33

Rellena tres pirámides nutricionales partiendo de los presupuestos de los umbrales de pobreza de algunos países



¿Cuánto presupuesto haría falta?



# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# ¿CUÁNTOS RESIDUOS PRODUCIMOS?

34

Completa la tabla con las cantidades de residuos que producimos en el colegio

	RESIDUOS ORGÁNICOS (KG)	VIDRIO (KG)	PAPEL (KG)	PLÁSTICO (KG)
COCINA/ COMEDOR				
ZONAS COMUNES				
AULAS				





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# EL ORIGEN DE NUESTROS RESIDUOS

35

Completa la tabla con el origen de los residuos que producimos en el colegio

	RESIDUOS ORGÁNICOS	VIDRIO	PAPEL	PLÁSTICO
COCINA/ COMEDOR				
ZONAS COMUNES				
AULAS				





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender

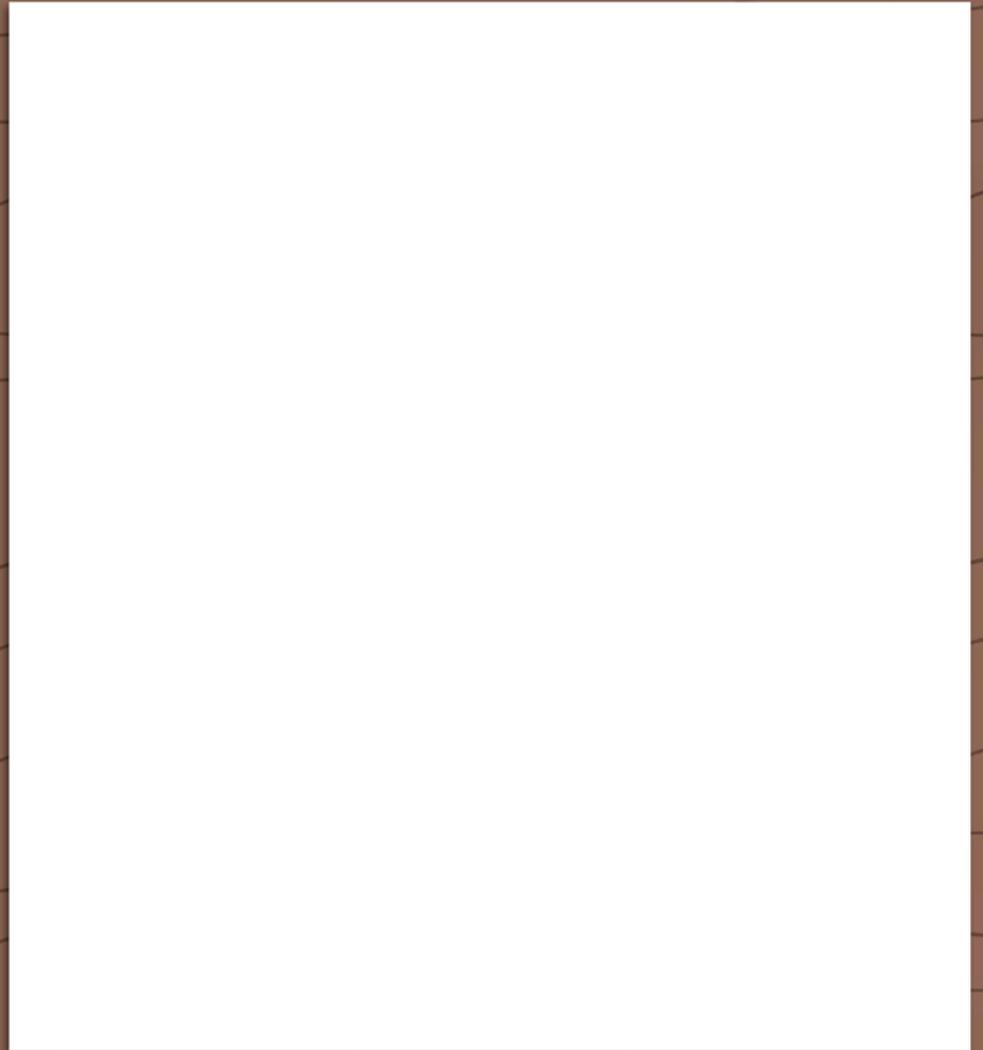




# CONSTRUCTORES DE CONTENEDORES

36

Dibuja el plano del colegio y los puntos donde hay falta de espacios de recogida de basura. Luego dibuja tu propio contenedor y el lugar dónde lo colocarías





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión

Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender



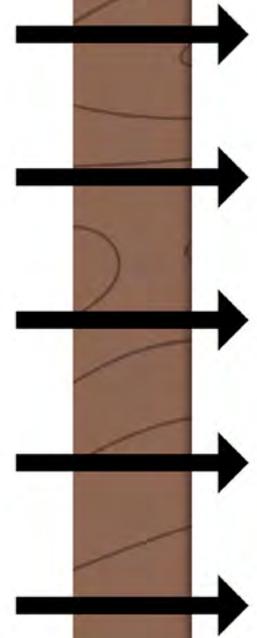


# EXPONEMOS NUESTROS RESULTADOS

Plantea tu animación

Fases

Representación en la animación





# PIENSO Y REFLEXIONO

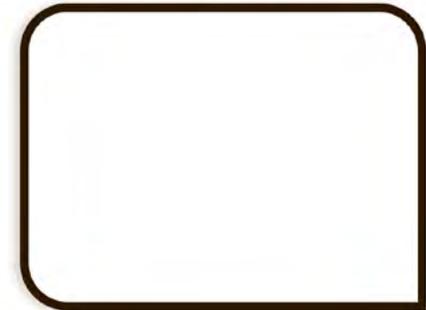
He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# PLÁSTICO Y MÁS PLÁSTICO

38

Recoge información sobre las siguientes preguntas

¿Qué características tienen los plásticos que los hacen tan útiles?

¿Todos los plásticos se pueden reciclar? ¿Los plásticos son biodegradables?

¿Qué problemas están causando en el medio ambiente?

¿Qué podemos hacer en relación con este problema?

¿Qué son los microplásticos?  
¿Pueden sustituirse los plásticos por otros materiales más sostenibles?





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# LA DESCOMPOSICIÓN DE LOS RESIDUOS

39

Enumera una serie de acciones que puedas llevar a cabo para reducir los residuos

1

4

2

5

3

6



Por ejemplo...

- Dar otros usos a las cosas.

- Diseñar menús de comida elaborada con restos de otras que no se han consumido (sopas, croquetas, ensaladas, etc.).





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# MEJORANDO MIS HÁBITOS

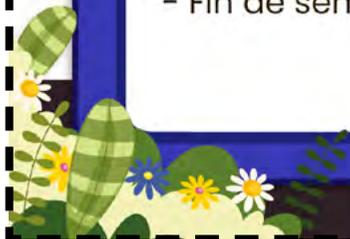
40

Rellena las hojas con tus hábitos y la reflexión final

## Hábitos de la semana

- Lunes
- Martes
- Miércoles
- Jueves
- Viernes
- Fin de semana

## Reflexión final





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# CONSTRUIMOS UNA COMPOSTERA

41

Rellena las tablas buscando información para cada pregunta

¿Qué es una  
compostera?

¿Qué necesitas  
para crearla?

¿Cuántas fases hacen  
falta para crearla?

Propón una forma de  
usar una compostera  
en tu entorno





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender





# EL MEJOR DISEÑO

42

Boceta tu compostera





# PIENSO Y REFLEXIONO



He aprendido



Me siento

Mi opinión



Quiero mejorar

Me pregunto



Quiero aprender





# RECOGEMOS EL AGUA DE LLUVIA

43

Plantea la creación de un artefacto para recoger el agua lluvia

**Problema**

**Imagina  
el producto**

**Planificar y  
diseñar**

**Crear**

**Mejorar**





# PIENSO Y REFLEXIONO

He aprendido



Me siento



Mi opinión



Quiero mejorar



Me pregunto



Quiero aprender







ISBN 978-84-18465-69-7



9 788418 465697



UNIVERSIDAD  
DE BURGOS