

## DEPARTAMENTO DE ACTIVIDADES AGRARIAS

### “UN HUERTO DE VITAMINAS”

MIEMBROS DEL GRUPO/CURSO: 15 alumnos han trabajado en este proyecto. Ellos pertenecen al Programa de Cualificación Profesional Inicial de Jardinería, Viveros y Parques . Está formado por 14 chicos y 1 chica de edades entre 16 y 18 años.

ACTIVIDADES: Hemos trabajado con algunas verduras que nosotros mismos plantamos durante el curso:

Acelgas, patatas, zanahorias, coles, calabazas y cebollas

De cada una de estas especies han averiguado sus beneficios y las vitaminas que contienen. Para su investigación han empleado internet, guías médicas y de nutrición.

También han recopilado recetas típicas de nuestra región que se elaboran con estas verduras. Para ello han preguntado a sus familiares. Y por supuesto hemos probado en clase estas recetas, comprobando el buen sabor y la calidad de sus productos naturales y cultivados por nosotros mismos.

Finalmente, hemos realizado posters resumen de cada verdura indicando una tabla con las principales vitaminas que aportan en nuestra dieta. Estos posters están colocados en la puerta de nuestra clase para que todo el mundo pueda ver nuestro proyecto en fotos.

### CONCLUSIONES:

La mayoría de mis alumnos desconocía la importancia de las vitaminas en nuestra dieta.