dilluns, 29 de juny de 2026

Hidroponent publica els seus materials educatius per promoure la hidratació saludable a les aules

L'equip d'educació del projecte HIDROPONENT (WP2) ha finalitzat i posat a disposició de tothom els materials didàctics elaborats durant el projecte, ara accessibles de manera oberta al Repositori Obert de la Universitat de Lleida.

Amb l'objectiu de traslladar els resultats científics del projecte a l'àmbit educatiu, l'equip —format per Laura Fornons-Casol i Isabel del Arco Bravo— ha desenvolupat dos documents complementaris: un llibre de pràctiques amb la programació pedagògica i un recull de materials imprimibles per portar-la a l'aula. Totes dues publicacions parteixen d'una idea molt clara: *cada gota és vida, cada infant és futur*.

El Repositori Obert de la Universitat de Lleida és el repositori institucional de la UdL, on es recullen, gestionen, difonen i preserven en accés obert les publicacions digitals derivades de l'activitat acadèmica i investigadora de la Universitat: articles, actes de congressos, treballs acadèmics, dades de recerca i, també, recursos educatius. L'objectiu és donar visibilitat estable i permanent a aquesta producció, garantint-hi l'accés lliure i gratuït a través d'enllaços permanents.

Nou propostes, una per cada mes de curs

El llibre *Hidratació saludable i sostenible: Propostes didàctiques per a infants i joves* organitza els continguts en nou propostes didàctiques, pensades per distribuir-se al llarg de tot el curs escolar i adreçades principalment a cicle superior de primària i primer cicle d'ESO. Cada proposta obre una porta diferent a la relació entre l'aigua, la salut i la sostenibilitat, combinant experimentació, joc, art i pensament crític:

-L'aigua invisible als aliments: l'alumnat aplica el mètode científic per pesar aliments frescos i deshidratats i descobrir quanta aigua "amagada" contenen.

-El cicle de l'aigua: cada infant es converteix literalment en una gota d'aigua i, tirant un dau, recorre les diferents estacions del cicle hidrològic (oceà, núvol, cos humà, fàbrica...), combinat amb una anàlisi de dades reals sobre la sequera de 2023 a Catalunya.

-L'aigua ens dona vida!: a través de l'expressió corporal i una petita peça escènica en tres actes (la sequera, la irrupció de l'aigua, l'equilibri perfecte), els grups representen com reacciona un òrgan del cos quan li falta o li sobra hidratació.

-La Clau de l'Aigua: un joc de l'oca reinventat —"L'Oca Hidrata't"— on cada jugador gestiona el seu propi marcador d'hidratació i, alhora, contribueix a la puntuació col·lectiva de la classe.

-Investigadors de begudes: l'alumnat interpreta etiquetes nutricionals reals, calcula el contingut de sucre de begudes comercials i dissenya, amb ajuda supervisada d'eines d'intel·ligència artificial, alternatives més saludables.

-Bevem suficient aigua?: un projecte d'estadística aplicada en què dissenyen, passen i analitzen una enquesta pròpia sobre hàbits d'hidratació a l'escola, i en treuen propostes de millora reals.

-Escape room: Els guardians de l'aigua: coincidint amb el Dia Mundial de l'Aigua, sis reptes per equips (memory, periodistes anti-malbaratament, la piràmide de begudes...) que cal superar per completar el "Codi de Supervivència Hídrica".

-Mentors i mentores de l'aigua: els alumnes més grans creen un contacontes interactiu i el presenten a infants de 3 a 6 anys, en una activitat de vincle intergeneracional al voltant de Sant Jordi.

-Influencers de l'aigua: com a cloenda, dissenyen una autèntica campanya de sensibilització —cartells, infografies, vídeos curts— que es presenta en una fira oberta a les famílies i al barri.

Cada proposta inclou context, durada, competències, objectius, criteris d'avaluació i orientacions per atendre la diversitat a l'aula, amb diaris reflexius perquè l'alumnat vagi registrant el seu propi procés d'aprenentatge.

Consulteu el llibre de pràctiques al Repositori Obert de la UdL: hdl.handle.net/10459.1/470693 [https://hdl.handle.net/10459.1/470693]

Un recull de materials fets a mida

El segon document, *Hidratació saludable i sostenible: Materials per a l'aula*, aplega tots els recursos necessaris per portar aquestes nou propostes a la pràctica: fitxes d'investigació, taulers de joc retallables, targetes de preguntes, plantilles de coavaluació, escales colorimètriques d'hidratació per pintar, guions per a contacontes i molt més. Es tracta d'un material pensat per imprimir, retallar, plastificar i adaptar segons l'edat i el context de cada grup-classe.

Entreu aquí per veure els materials complementaris:https://hdl.handle.net/10459.1/470694
[https://hdl.handle.net/10459.1/470694]

Amb l'experiència de les gimcanes digitals com a punt de partida

Aquest recull de propostes no parteix de zero: beu de l'experiència de les gimcanes digitals que el projecte ja va posar en marxa a dos municipis de Lleida. Al febrer de 2025, l'alumnat de 6è de Primària de l'Escola Mare de Déu del Carme d'Alcoletge i de 3r d'ESO de l'Institut Escola Torre Queralt, al Secà de Sant Pere, van recórrer els seus propis barris resolent enigmes sobre gestió sostenible de l'aigua en punts d'interès patrimonial, guiats per un codi QR.

Aquelles activitats, dissenyades amb l'empresa Gymkana Digital Turística en el marc del projecte CO+Responsabilitat de la UdL, van servir per posar a prova amb èxit una metodologia lúdica i itinerant que ara es consolida i s'amplia en aquest nou llibre de pràctiques, incorporant-hi propostes pensades específicament per treballar-se dins de l'aula al llarg de tot el curs.

Els dos documents queden a l'abast de qualsevol centre educatiu que hi vulgui accedir, ja sigui per aplicar-los tal qual o per adaptar-los al seu propi context.

Amb la publicació d'aquests materials, el projecte Hidroponent reforça el seu compromís amb la transferència de coneixement i posa a l'abast de la comunitat educativa eines pràctiques, rigoroses i lúdiques per fomentar hàbits d'hidratació saludables i sostenibles des de les escoles.

També podeu consultar el nostre post d'Instagram per conèixer més detalls sobre la participació del projecte en aquest esdeveniment.