Plátano de Canarias: Comienza la tercera edición de la Liga Saludable

La tercera edición de la Liga Saludable de Plátano de Canarias (https://ligasaludable.platanodecanarias.es) ha dado comienzo este lunes día 16 de octubre, Día Mundial de la Alimentación.

Se trata de innovador torneo escolar en formato digital, auspiciado por la Unión Europea, y dirigido a alumnos de 2º y 3º ciclo de Primaria, quienes a través de esta iniciativa tendrán la oportunidad de aprender de forma diferente y divertida sobre alimentación sana y equilibrada.

A través de un divertido juego educativo de enigmas e ingenio, con 5 aventuras interactivas, el alumnado participante irá avanzando por distintos escenarios mientras resuelven pistas y rompecabezas con el objetivo de vencer a *Insanus*, metáfora del papel de “villano”, que trata de impedir que comamos frutas y verduras para que nos quedemos sin energía y vitalidad.

El juego va de la mano *La Fruta te da Vida Extra*, una campaña europea desarrollada por Plátano de Canarias con la colaboración de la Asociación “5 al Día”, que trata de transmitir la importancia de una alimentación equilibrada y adecuada, que contemple el consumo habitual de frutas y

hortalizas frescas, así como buenos hábitos para una vida activa y proporcionar salud, energía y vitalidad. Diseñado por un equipo especializado en innovación educativa, el juego está basado en metodologías didácticas como la gamificación, el aprendizaje cooperativo y el aprendizaje orientado a proyectos, de tal manera que mantiene a los estudiantes expectantes ante los próximos retos.

El objetivo principal de La Liga Saludable es el de concienciar sobre los hábitos de vida saludable en el entorno educativo y hacerlo de una forma capaz de penetrar en nuestros jóvenes y perdurar a lo largo de su vida. Además de un mayor consumo de frutas y hortalizas frescas, el juego les anima a participar de una vida menos sedentaria y practicar deporte de forma constante, dormir las horas necesarias o estar menos conectados a los dispositivos electrónicos. Y lo hace también con importantes incentivos para estudiantes y profesores, ya que las aulas participantes que acumulen más puntos podrán optar a fantásticos premios.

En esta edición se espera que los resultados consoliden esta competición, que no tiene coste para colegios ni padres de alumnos, y donde en la edición anterior se inscribieron alrededor de 23.000 alumnos de centros escolares de todo el país y se jugaron en torno a 55.000 partidas.