

Elikagaien ortzadarra



JUSTIFIKAZIOA

Fruta eta barazkiek osasunerako onura ugari dituzte; bitaminak, mineralak, zuntza eta antioxidatzaileak ematen dituzte, sistema immunologikoa hobetzen dute eta hidratatu egiten dute. Hala ere, hainbat ikerketek erakusten dute EAEko haurren % 40 inguruk ez duela egunero frutarik edo barazkirik jaten. Txikienek jakin behar dute dieta anitza eta koloretsua, dibertigarria izateaz gain, osasungarria ere badela.

HELBURUAK

- Barazki eta fruten kolore, forma eta tamaina desberdinak ezagutzea.
- Dieta orekatua eramateak duen garrantziaz kontzientziaztea.
- Fruten eta barazkien onurei balioa ematea.

EDUKIAK

- Plater osasuntsua. Taldeak.
 - Haragia.
 - Arraina.
 - Frutak.
 - Barazkiak.
 - Zerealak eta lekaleak.
- Dieta orekatu baten onurak.
- Fruta eta barazkiek dieta orekatuan duten garrantzia.

ARIKETAK

HASIERAKO FASEA (Aurretiko jarduera)

Gustukoen dituzten fruta eta barazkiak koloretan marraztea.

GARAPEN FASEA (Saioa)

- Fruta eta barazkien dieta orekaturako eta kolore-aniztasunerako sarrera.
- Ipuin kontalaria "Ortzadar-sopa" euskarrik bisual eta partizipatiboarekin.
- Horma-irudi partizipatiboa.
- Ondorioak.

APLIKAZIO ETA KOMUNIKAZIO FASEA (Ondorengo jarduera)

Egindako horma-irudiaren erakusketa.

OROKORTZE ETA TRANSFERENTZIA FASEA

Plater osasuntsuazko jolas digitala.
Praktikan jartzea barazki-plater bat kozinatuz.

OINARRIZKO KONPETENTZIEI EGINDAKO EKARPENA

DISZIPLINAKOAK

- Konpetentzia komunikatibo, linguistiko eta literarioa.
- Konpetentzia sozial eta zibikoa.
- Konpetentzia artistikoa.

ZEHARKAKOAK

- Ikasten eta pentsatzen ikasteko konpetentzia.
- Elkarbizitzarako konpetentzia.
- Ekimen eta espiritu ekintzailerako konpetentzia.
- Izaten jakiteko konpetentzia.

METODOLOGIA

- Bakarkako lana.
- Hezkuntza emozionala.
- Lan kolaboratiboa.
- Elkarrizketa-ikaskuntza.
- Thinking based learning.
- Thinking by doing.

ANTOLAKUNTZA

IKT baliabideak eta tresnak	Espazioak eta taldeak	Iraupena
Ordenagailua, proiektorea eta kanoia edo PDI.	Taldea U moduan esertzen da, denok elkar ikus dezaten. Erdian, horma-irudia eta hezitzailea jartzen dira.	60'

EBALUAKETA

IRAKASLEAK

Ebaluazio inkesta.

IKASLEAK

Ebaluazio inkesta.