



Baratzeko Koloreak

FITXA
13

Helburuak

- BARAZKI ETA BERDURA KONTSUMOA HANDITZEA.
- IKASLEAK KONTSUMORAKO DITUGUN BARAZKI ETA BERDURETARA OHITZEA.
- BARAZKI OHIKOENAK OINARRIZKO KOLOREEKIN IDENTIFIKATZEA (GORRIA, LARANJA, ZURIA, MARROIA...).

Ikastaroak eta arloak/Eremuak/Materiak_____

Lehen Hezkuntzako 1go mailatik 3. mailara.
Natura-zientziak.
Gaitasun artistikoa.
• Hizkuntza plastikoaren eta bisualaren erabilera.

Jardueraren deskribapena/Metodologia_____

Bi talde egingo dira: barazki berdeak (berdurak) eta beste koloretako barazkiak, eta aldea azalduko da.

Berduren (zerba, espinaka, orburua eta letxuga) eta barazkien (azenarioa, piperra, tomatea eta kalabaza) irudiak banatuko dira, margotzeko.

Haur bakoitzak dagokion kolorearekin margotuko du marrazki bakoitza. Ondoren, puntzoiarekin moztuko dira marrazkiak eta dagozkion kartulinetan itsatsiko dira.

* Lehen Hezkuntzako haurrekin koloreak (baratxurirako zuria, berenjenarentzako morea...), tonalitateak (berde argia letxuga, berde iluna kalabazina) eta produktuaren barietateak (piper berdeak, horiak, gorriak) zabal daitezke.

Berdura eta barazki arruntenen adibideak eraman daitezke klasera, eta horietako batzuk zatitu: azenario makilatxoak, errefauak, tomatea, letxuga, tipulina, eta ikasleak probatzera gonbidatu.

Hainbat komunikazio-hizkuntza erabil daitezke jarduerarako, adinaren arabera.

Gurasoekin fruta-dendara joan daitezen animatuko ditugu haurrak, fruta eta barazki gehiago ezagutzeko eta familiaren kontsumorako jardueran ikusitako barazki edo barazkiren bat erosteko; eta, gero, konta dezatela ikasgelan.

Aniztasunari erantzuteko, hezkuntza-laguntzako berariazko premiak (HLBP) dituzten ikasleentzat beharrezko giza baliabideak edukiko dira (PT, hezitzailea, logopeda), eta irakasleek, tutoreek edo ikasle laguntzaileek aktiboki lagunduko diete, premia zehatzen arabera.

Jarduerarako aukeratutako aleen inguruko elikadura eta kontaktuzko alergiak kontsultatuko dira.

Gomendatutako adina_____

3-8 urteko ikasleak.



Aukeratu
osasuntsu jatea
Zu irabazle!



Elige
comer sano
¡Tú ganas!

Euskadi, auzolana, bien común

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

Egutegi eredu/Iraupena

2 saio, 45 minutukoak:

- 1go saioa: azalpena, margotu eta produktuak probatu.
2. saioa: erosketa-esperientziaren eta familiako kontsumoaren azalpena.

Jarduera-eremua

Eskolako jangela Ikasgela Etxea Beste bat

Beharrezko baliabideak

Giza baliabideak:

Irakaslea.

Materialak:

Barazkien eta berduren laminak, margotzeko.
Margoak eta puntzoiak edo guraizeak.
Berdurak eta barazkiak, kontsumitzeko.

Ebaluazio-metodoa/Adierazleak

Jardueraren ebaluazio jarraian bidez, ondorengo hau baloratuko da:

- Ikasleek berdurak eta gainerako barazkiak bereizten ikasi duten.
- Ikasleek produktu desberdinak identifikatzen dituzten eta horien koloreekin lotzen dituzten.
- Ikasleek etxean ikasgelan ikusitako barazki edo berduaren bat jan duten.

Informazio gehiagorako (aurretiazko esperientziak, material lagungarria, bibliografia...)

Aurretiazko esperientziak:

- <https://ecohuertos Escolares.eu/>

Material lagungarria:

- http://www.objetivobienestar.com/que-diferencia-hay-entre-verduras-y-hortalizas_1327_102.html
- <http://verduras.consumer.es/>
- <https://www.botanical-online.com/verduras.htm>
- <http://www.supercoloring.com/es/taxonomy/term/58647>
- <https://www.pinterest.es/mariainf/la-alimentaci%C3%B3n-verduras/>

Bibliografia:

- Hutchinson J1, Christian MS2, Evans CE2, Nykjaer C2, Hancock N2, Cade JE2. Evaluation of the impact of school gardening interventions on children's knowledge of and attitudes towards fruit and vegetables. A cluster randomised controlled trial. *Appetite*. 2015 Aug; 91: 405-14.
- Savoie-Roskos MR, Wengreen H, Durward C. Increasing Fruit and Vegetable Intake among Children and Youth through Gardening-Based Interventions: A Systematic Review.
- J. Acad. Nutr. Diet. Silberman M. *Active Learning. 101 Strategies to Teach Any Subject*. Argentina: Troquel; 1998.

