



# Zer dago nire baratzean

FITXA  
17

## Helburuak

- ELIKAGAI BEGETALEN KONTSUMOA SUSTATZEA.
- TOKIKO ELIKADURA-ESKAINTZAREN BILAKAERA EZAGUTZEA.
- FRUTAK ETA BARAZKIAK EZAGUTZEA ETA HORIEN JATORRIZKO LEKUAREKIN ERLAZIONATZEA.

## Ikastaroak eta arloak/Eremuak/Materiak \_\_\_\_\_

Lehen Hezkuntzako 5. eta 6. maila, eta DBHko 1go eta 2. maila:  
Natura-zientziak.

- Jokabide osasungarriak. Elikadura osasungarri eta orekatua.  
Geografia eta Historia.

## Gomendatutako adina \_\_\_\_\_

10-14 urteko ikasleak.

## Jardueraren deskribapena/Metodologia \_\_\_\_\_

Lehen, elikagaiak ez ziren hain azkar eramaten leku batetik bestera. Elikagai bat lehen aldiz iristen zenean eskualde batera, exotismotzat hartzen zen, eta, sarritan, pertsona aberatsenek bakarrik probatzen zuten. Zein izan da tomatea edo patata bezalako elikagaien historia? Jatorriz zonaldekoak ez diren beste zein elikagai kontsumitzen dira orain normalean? (Anana, ahukatea, mangoa, kokoa, kiwia, eta abar). Inguruan tradizionalki zer landatzen zen ikertzea eta pixkanaka beste elikagai batzuk nola sartzen joan diren ikustea da helburua. Elikagai berrien jatorria zein den eta gure ingurunera nola iritsi diren aztertzea.

Metodologia askotarikoa izan daiteke: liburutegia, adinekoei egindako elkarrizketak, internet eta abar. Aurkikuntza guztiak munduko mapa batean markatzea gomendatzen dugu.

Ikasle bakoitzak gehien interesatu zaion produktua aukeratuko du, jarduera egiten den astean zehar familiaren dietan sartzeko, eta elikagaiaren historia eta nutrizio-ezaugarriak komentatuko dizkio familiari.

Atzerriko hizkuntza erabil daiteke komunikazio-hizkuntza gisa jarduera honetarako.

## Egutegi ereduak/Iraupena \_\_\_\_\_

2 saio, banakakoak edo taldekakoak.



Aukeratu  
osasuntsu jatea  
Zu irabazle!



Elige  
comer sano  
¡Tú ganas!

Euskadi, auzolana, bien común

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SALA

DEPARTAMENTO DE SALUD

## Jarduera-eremua

Eskolako jangela

Ikasgela

Etxea

Beste bat

## Beharrezko baliabideak

### Giza baliabideak:

Irakaslea.

### Materialak:

Internet.

Liburutegia.

Elkarrizketa fitxa.

Oharretarako koaderno.

## Ebaluazio-metodoa/Adierazleak

Ebaluazio jarraieren bidez, ondorengo hau baloratuko da:

- Ikasleek hautatutako produktuen jatorria ezagutzen duten.
- Ikasleek tokiko produktuak identifikatzen dituzten.
- Ikasleek hautatutako produktua familian partekatu eta dastatu duten.

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

### Aurretiazko esperientziak:

- <https://ecohuertosescolares.eu/>

### Material lagungarria:

- [http://www.fen.org.es/mercadoFen/mercadofen\\_ajus\\_General.html](http://www.fen.org.es/mercadoFen/mercadofen_ajus_General.html)
- <http://www.ingeba.org/lurralde/lurranet/lur18/enriq18/18enriq.htm>
- [https://www.eustat.eus/elementos/ele0012200/Produccion\\_agricola\\_de\\_la\\_CA\\_de\\_Euskadi\\_por\\_tipo\\_de\\_cultivo\\_segun\\_territorio\\_historico/tbl0012208\\_c.html](https://www.eustat.eus/elementos/ele0012200/Produccion_agricola_de_la_CA_de_Euskadi_por_tipo_de_cultivo_segun_territorio_historico/tbl0012208_c.html)
- <https://www.bbc.com/mundo/noticias-36479831>
- <https://www.curiosfera.com/evolucion-de-la-alimentacion-humana/>

### 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*. 2017; 117 (2): 240-250.
- Silberman M. *Active Learning. 101 Strategies to Teach Any Subject*. Argentina: Troquel; 1998.