



# Arrantzarako mozorroak

FITXA  
24

Helburuak

- **ARRAIN-AHORAKINA HANDITZEA.**
- **IKASLEEK DIETAN OHIKOAK DIREN HAINBAT ARRAIN EZAGUTZEA.**

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

Haur Hezkuntzako 3. maila eta Lehen Hezkuntzako 1go mailatik 3. mailara.  
Hezkuntza artistikoa.  
Hizkuntzak (gaztelania, euskara, atzerriko hizkuntza).

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

5-9 urteko ikasleak.

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

Jarduerari ekiteko, gure sukaldean ohikoak diren arrain, itsaski edo krustazeo jangarrien argazkiak erakutsi, eta izenaren arabera identifikatuko ditugu. Hainbat hizkuntzatan egin daiteke, adinaren arabera. Etxean eta eskolan astean gutxienez 4 arrain anoa kontsumitzearen garrantzia azpimarratuko da, itsasoak eskaintzen dizkigun produktu mota desberdinenak ere izan daitezke. Handien kasuan, arrainaren nutrizio-ezaugarri osasungarriez hitz egitea gomendatzen da.

Ondoren, ikasle bakoitzak arrain bat aukeratuko du, bere modura margotzeko eta koloreztatzeko, baina kolore naturalak eta aukeratutako alearen tamaina errespetatuz. Marrazkiaren atzeko aldean, arrainaren izen arrunta jarriko da (gaztelaniaz, euskaraz eta atzerriko hizkuntzan, hala badagokio). Gero, lokarrietan edo zintetan itsatsiko dituzte, sabaitik zintzilik, ikasleen buruen altuerara iritsi arte.

Mozorro itxurako kartoiak banatuko dira, urpekari baten betaurrekoak eta arnasa hartzeko hodia imitatuz, eta nahieran margotu ahal izango dituzte, erabateko askatasun artistikoarekin, eta goma elastiko bat jarriko diote, mozorroa euren neurrira egokitu ahal izateko.

Behin mozorroak eginda, jantzi eta gelan zehar elkarreragingo dute, itsasoan egotearen itxura eginez. Igeri egin eta lankideekin hitz egin beharko dute, gehien gustatzen zaien arraina edo aukeratu dutena "arrantzatu" nahian.

Arrandegira, erosketak egitera, familiarekin joatea proposatuko zaie, jango duten arraina ikusi ahal izateko; horrela, etxean arraina, itsaskiak eta krustazeoak kontsumitzera animatuko ditugu. Merkatuan argazkiak egin ditzakete, familiarekin, eta gero klasera eraman.

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



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 \_\_\_\_\_

Saio bat (45 minutukoa).

## Jarduera-eremua \_\_\_\_\_

Eskolako jangela  Ikasgela  Etxea  Beste bat

## Beharrezko baliabideak \_\_\_\_\_

**Giza baliabideak:**  
Irakaslea.

**Materialak:**  
Arrainen argazkiak.  
Koloreztatzeko materialak.  
Mozorroak (kartoa /EVA goma) eta goma elastikoak.  
Koloretako lastotxoak.

## Ebaluazio-metodoa/Adierazleak \_\_\_\_\_

Ebaluazio jarraiaren bidez, ondorengo hau baloratuko da:

- Ikasleek eskolan eta etxean arraina astean gutxienez 4 aldiz hartu behar dela ikasi duten.
- Ikasleek jarduera honekin lotutako jarduerarik egin duten familian, etxean kontsumituko duten arraina elkarrekin erosi, adibidez.

## Informazio gehiagorako (aurretzko esperientziak, material lagungarria, bibliografia...) \_\_\_\_\_

### Material lagungarria:

- <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM017569.pdf>

### Aurretzko esperientziak:

- PescaEduca: Peruko eskoletan arrainaren kontsumoa sustatzeko eredu. Elikadura-hezkuntzako programa, ikasleen artean arrainaren kontsumo arduratsua sustatzeko).

### Bibliografia:

- Noemi Aizencang. Jugar, aprender y enseñar: relaciones que potencian los aprendizajes escolares. 1ª ed. Buenos Aires: Manantial; 2005.
- Silberman M. Active Learning. 101 Strategies to Teach Any Subject. Argentina: Troquel; 1998.
- Carrillo Siles, B. (2009). La alimentación infantil: Necesidad de una educación alimenticia desde la escuela en los primeros años de vida. Revista digital "Innovación y experiencias educativas", 15,3.