



Elikaduraren inguruko ahalduntzea

FITXA
38

Helburuak

- IKASLEAK ELIKADURA OSASUNGARRIAREN INGURUAN AHALDUNTZEA.
- ELIKADURAREN INGURUKO OINARRIZKO EZAGUTZAK ETA KONTSUMO-OHITURA OSASUNGARRIAK IRAKASTEA.
- IKASLEAK EUREN ELIKADURAREN GAINEKO ARDURAREN INGURUAN KONTZIENTZIATZEA.
- AUTOZAINKETA ETA OSASUN ARLOKO PROFESIOALEN ESKU-HARTZEA ESKATZEN DUTEN ELIKADURA-NAHASMENDUAK DETEKTATZEKO GAITASUNA.
- ELIKADURAREN INGURUKO IKASLEEN AHALDUNTZEA FAMILIA-ESPARRURA ERAMATEA.

Ikastaroak eta arloak/Eremuak/Materiak _____

Gomendatutako adina _____

DBHko 3. eta 4. maila eta Batxilergoa.

- Natura-zientziak.
- IKT.
- Biologia. Kultura Zientifikoa.
 - Giza elikadura. Elikadura-ohitura osasungarriak.
 - Bizimodu osasungarriak.

14-18 urteko ikasleak.

Jardueraren deskribapena/Metodologia _____

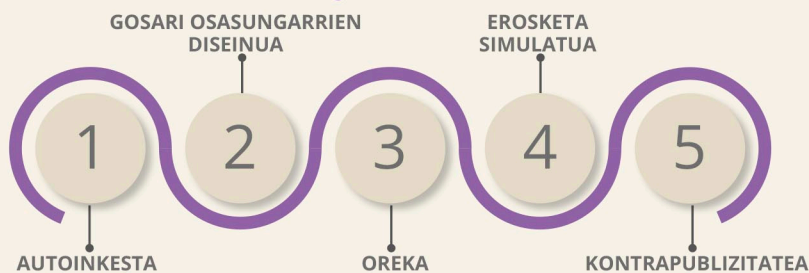
Bi esparru bereizi behar dira: prestakuntzarena, ikasgeletan egingo dena, eta erantzukizunarena, maila pertsonalean eta taldean, ikasgeletan eta familia-zirkuluan sustatuko dena. Elkarri lotutako eta elkarren segidako hainbat jardueraz osatutako jarduera anizkoitz gisa sortu da.

Metodologia gosari osasungarrien diseinutik abiatuta garatuko da; hasteko, autoinkestak bat beteko da, eta gosari osasungarrien diseinuarekin jarraituko da. Gosari horien osaera berrikusi eta aldatu egingo da nutrizio-ahalduntzeari buruzko ezagutzak eskuratu ahala, eta, ondoren, ikasleek diseinatutako gosaria osatuko duten elikagaien eresketa simulatua egingo da; amaitzeko, elikagaien publizitateari buruzko jarduera kritiko bat egingo da.

Bost jarduera prestatu dira, eta progresiboki egingo dira (I, II, III, IV eta V), ahal bada; nolana ere, modu independentean ere egin ahal izango dira:

- Elikaduraren inguruko ahalduntzea (EA) I: AUTOINKESTA.
- EA II: GOSARI OSASUNGARRIEN DISEINUA.
- EA III: OREKA.
- EA IV: EROSKETA SIMULATUA.
- EA V: KONTRAPUBLIZITATEA.

Elikaduraren inguruko ahalduntzea



Aukeratu
osasuntsu jatea
Zu irabazle!



Elige
comer sano
¡Tú ganas!

Euskadi, auzolana, bien común

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

Jarduera bakoitzarekin batera fitxa espezifikoko bat dago, beste fitxa didaktiko batzuetarako diseinatutako formatu eredu duena, bai eta tutorearentzako fitxa bat ere, jardueraren gidoi orokorra proposatzen duena (irakaskuntza-irizpidearen eta eskola-adinaren arabera moldagarria), aurretiazko esperientzietan, material lagungarrian eta bibliografian oinarrituta.

Prestakuntza lau gai-arloren ingurukoa izango da: nutrizio-oreka, elikagaien etiketatzea, nutrizio-kalkulua eta elikadura-publizitateari buruzko araudia. Euskarri telematikoak erabiliko dira nagusiki, baina bitarteko klasikoekin bidez ere emango dira aukera batzuk.

Egutegi eredu/Iraupena _____

15-20 ordu guztira, gutxi gorabehera, baina jardueraren fitxa bakoitzean zehaztuta dago iraupena.

Jarduera-eremua _____

Eskolako jangela Ikasgela Etxea Beste bat

Beharrezko baliabideak _____

Giza baliabideak:

Tutorea.
Familia.

Materialak:

Ordenagailua, batez ere. Interneterako konexioarekin, talde-lanerako.
Jardueraren araberrako beste euskarri batzuk: liburuak, aldizkariak...

Ebaluazio-metodoa/Adierazleak _____

Jarduera bakoitzaren fitxa ikusi.

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

Jarduera bakoitzaren fitxa ikusi.

