



# Sagar-jate eroa

Helburua

- FRUTA (SAGAR) AHORAKINA HANDITZEA.

FITXA

9

## Ikastaroak eta arloak/Eremuak/Materiak

Lehen Hezkuntzako 3. maila.  
Gaztelania/euskara/atzerriko hizkuntza.  
• Hizkuntzen trataera integrala.

## Gomendatutako adina

5-12 urteko ikasleak.

## Jardueraren deskribapena/Metodologia

Sagarra da jangelan gutxien amaitzen den frutetako bat. Jolas honekin, horren kontsumoa modu dibertigarrian handitzea lortu nahi da. Ohiko saltokien barietate gehien duen frutetako bat da sagarra, eta, horregatik, interesgarria da barietate desberdinak erakustea, ikasleek bakoitzaren ezaugarriak eta zapoak proba ditzaten. Adibidez: Golden, Granny Smith, Fuji, Gala, Errege-sagar grisa edo berdea, Pink Lady...

Hainbat komunikazio-hizkuntza erabiliko dira jarduera hau egiteko.

Nahi beste jokalarik har dezakete parte; euren aurpegiaren parean zintzilikatuta egongo den sagar baten aurrean jarriko dira, eta sagarra eskuak erabili gabe jaten saiatuko dira.

Denbora bat markatuko da, eta seinalea emandakoan, aurrean duten sagarra jaten saiatuko dira jokalarik guztiak, eskuak bizkarrean ditzuztela.

Sagarra osorik jaten duen lehenak edo markatutako denboran sagar gehien jan duenak irabaziko du. Azkenean, parte-hartzaile guztiek jango dute euren sagarra.

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.

Jardueraren aurretik, ikasleen elikadura-alergiak edo kontaktuagatik dituztenak kontsultatuko dira, jarduerarako hautatutako frutei dagokienez.



## Egutegi eredu/Iraupena

45 minutuko iraupena, hilean egun batean, barietate desberdinak erabilia.

Aukeratu  
osasuntsu jatea  
Zu irabazle!



Elige  
comer sano  
¡Tú ganas!

Euskadi, auzolana, bien común

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

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

Eskolako jangela  Ikasgela  Etxea  Patioa

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

### Giza baliabideak:

Monitore bat Lehen Hezkuntzako 20 neska-mutileko.  
Monitore bat Haur Hezkuntzako 10 neska-mutileko.

### Materialak:

Sagarrak, sokak eta aho-zapiak.

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

Ebaluazio jarraia bidez, ondorengo hau baloratuko da:

- Ikasleek jardueran zehar edo geroago sagarra jan duten.

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

### Aurretiazko esperientziak eta material lagungarria:

- <https://www.youtube.com/watch?v=nH-cZhS3Vfk>
- <https://comefruta.es/que-variedad-de-manzanas-es-la-mejor>

### Bibliografia:

- Folkvord F, Anschütz DJ, Buijzen M, Valkenburg PM. The effect of playing advergames that promote energy-dense snacks or fruit on actual food intake among children. *Am J Clin Nutr.* 2013;97(2):239-45.
- Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *Am J Clin Nutr.* 2012; 96(4):889-901.
- Reverdy C1, Chesnel F, Schlich P, Köster EP, Lange C. Effect of sensory education on willingness to taste novel food in children. *Appetite.* 2008; 51 (1): 156-65.

