



# AZOKA MOKAU BATEAN



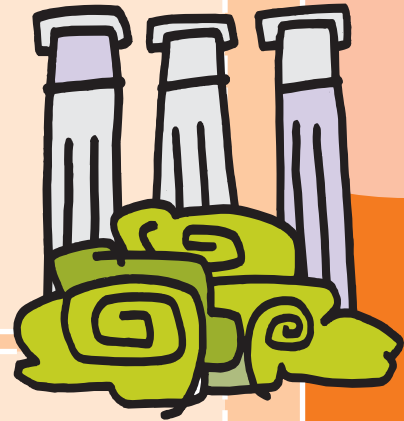
**Dirigido a:** Diferentes ciclos de primaria y secundaria

## Objetivos:

- ◆ Darse cuenta de la importancia de una adecuada alimentación para el correcto funcionamiento de nuestro cuerpo.
- ◆ Conocer los criterios básicos para una dieta equilibrada y los diferentes grupos de alimentos.
- ◆ Adecuar los hábitos alimentarios.
- ◆ Impulsar una actitud de respeto y conservación del medio ambiente.
- ◆ Invitar al disfrute del medio natural.
- ◆ Conocer la relación directa que existe entre la alimentación saludable y la compra de los alimentos que componen nuestra dieta en la feria.
- ◆ Analizar el origen (autéctonos) y frescor de los productos de la feria.
- ◆ Importancia del consumo de productos de temporada y de la relación directa con el agricultor del producto que compramos.

## Procedimiento (aprox. 3 horas):

- 1 **En el centro:** Se trabajarán los contenidos de la unidad por medio de los recursos propios del centro y de las actividades creadas para ello.
- 2 **En la feria:** Se visitará la conocida Feria de Ordizia, analizando los productos que en ella podemos encontrar, comprando y más tarde, catando los productos comprados.
- 3 **Actividades complementarias (fuera del centro):** Visita y taller a un caserío donde producen leche de vaca fresca, la feria de Ordizia, la elaboración de queso, visitas a caseríos y actividades agropecuarias.



## Actividad:

### 1era actividad: Conocer la Feria de Ordizia.

- ◆ Conocer, mediante una audiovisual, los orígenes de la Feria de Ordizia, así como los productos que en ella podemos encontrar y las distintas ferias extraordinarias que se celebran a lo largo del año.

### 2ª actividad: Conformar un cuerpo saludable.

- ◆ Crear grupos según nutrientes y explicar a cada grupo su función.
- ◆ Preguntas y respuestas y realización de pruebas. Lograr partes del cuerpo y cuidar el color del agua.
- ◆ Conformar el cuerpo y valorar los resultados. ¿Hemos logrado un cuerpo saludable? ¿Por qué?



### 3era actividad: Compra de los alimentos adecuados para una alimentación saludable.

- ◆ Realizar la compra en la feria por grupos.
- ◆ Análisis de los productos comprados.
- ◆ Se terminará con la cata de los productos comprados.

**Precio:** Sesión en el centro D'elikatzuz: 4,50 €/alumno  
Sesión en el centro D'elikatzuz + Actividad complementaria: varía el precio según la actividad

