



AZOKA MOKAU BATEAN



Hartzaileak: LHko eta DBHko maila ezberdinentzat.

Helburuak:

- ◆ Gorputzaren funtzionamendu onerako elikadura egokiaren beharraz jabetzea.
- ◆ Dieta orekatu baterako oinarrizko irizpideak eta jaki talde nagusiak ezagutzea.
- ◆ Elikadurarekin loturiko ohiturak egokitzea.
- ◆ Ingurumenaren zaintzaren aldeko jarrera bultzatzea.
- ◆ Ingurumenaz gozatzearen aldeko jarrera bultzatzea.
- ◆ Elikadura osasuntsuaren eta azokan erostearen arteko erlazio zuzena ezagutzea.
- ◆ Azokan erosten ditugun jakien jatorria (bertakoa) eta freskotasuna ezagutzea.
- ◆ Garaian garaiko produktuen garrantziaz eta azokan baserritarrekin dagoen erlazio zuzenaz jabetzea.

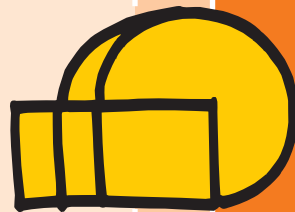
Prozedura(3 ordu inguru):

- 1 **Zentroan bertan:** Zentroa ezagutu eta edukiak landuko dira zentroko baliabide, material eta ekintza ezberdinen bidez.
- 2 **Azokan:** Ordiziako azoka ezaguna bisitatuko da, bertan saltzen diren jakiak ezagutzuz eta erosiz, gero, zentroan, dastatzeko aukera izango delarik.
- 3 **Ekintza osagarria zentrotik kanpo (hautazkoa):** Behi esne freskoaren produkzioan aritzen den baserri batera bisita eta tailerra, Ordiziako Azoka, gaztagintza, baserri ezberdinak eta bertako jarduerak, etab. ezagutzeko aukera eskainiko da.



Ekintza:

- 1.go jarduera: **Ordiziako azoka ezagutu.**
 - ◆ Ordiziako azokari buruzko ikusentzunezko baten bitartez, azokaren jatorria, bertan saltzen diren produktuak eta ospatzen diren beste azoka bereziak ezagutu.
- 2.go jarduera: **gorputz osasuntsua osatu.**
 - ◆ Taldeak egin elikagaien arabera eta talde bakoitzari bere izaera eta funtzioak azaldu.
 - ◆ Galderak egin eta erantzun. Gorputz atalak lortu eta uraren kolorea zaindu.
 - ◆ Gorputza osatu eta emaitza baloratu. Gorputz osasuntsua ala ez eta zergaitik?
- 3.go jarduera: **gorputz osasuntsu baterako jaki egokien erosketa.**
 - ◆ Taldeka azokan erosketa egin.
 - ◆ Erositako produktuen azterketa egin.
 - ◆ Erositako produktuen dastaketa batekin bukatu.



Prezioa: D'elikatuz zentroko ekintza: 4,50 €/ikasle
D'elikatuz zentroko ekintza + ekintza osagarria: prezioa aldatzen da ekintzaren arabera.

