



BASERRITIK PLATERARA



Dirigido a: Diferentes cursos de preescolar

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 principales grupos de alimentos.
- ◆ 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 de los productos de la feria.

Procedimiento:

- 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 (aprox. 90')
- 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:

1ª actividad: Conocer la Feria de Ordizia.

- ◆ Analizar el origen de los distintos grupos de alimentos para que sean capaces de distinguir los alimentos procedentes de la huerta y la granja.
- ◆ Luego, buscarán y comprarán en la Feria de Ordizia los alimentos de los que han hablado anteriormente.



2ª actividad: Mantener un cuerpo saludable.

- ◆ Análisis de los productos comprados en la feria. Fundamentalmente, cuáles son y su origen.
- ◆ Con la ayuda de la pirámide de la alimentación, conocerán qué alimentos necesitamos más o menos para mantener un cuerpo saludable.

3ª actividad: Importancia del agua.

- ◆ Proyección de unos dibujos animados que tratan el tema de la importancia del agua en nuestra vida.

Precio: Sesión en el centro D'elikatuz: 1,75 €/alumno

Sesión en el centro D'elikatuz + Actividad complementaria:
varía el precio según la actividad

