



# ELIKATU D'ELIKATUZ



**Hartzaileak:** DBHko 2. zikloa

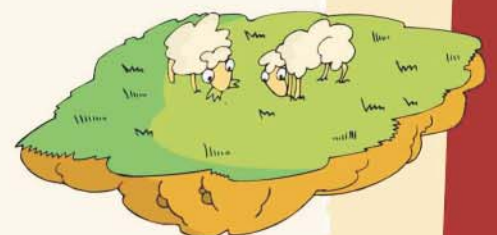
## Helburuak:

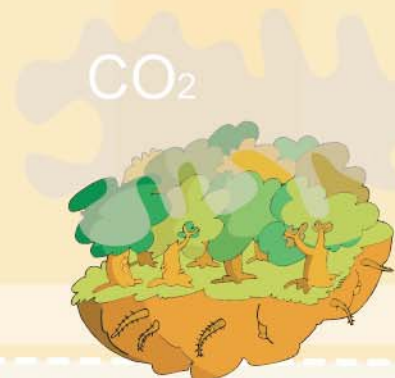
- ◆ Gure osasunerako eta gorputzaren funtzionamendu onerako elikadura egokiaren beharraz jabetzea.
- ◆ Elikagai ezberdinen funtzioak ezagutzea.
- ◆ Jaki talde nagusiak eta dieta orekatu baterako oinarritzko irizpideak ezagutzea.
- ◆ Jakiak erosi eta kontsumitzeko jarrera kritikoa eta selektiboa bultzatu.
- ◆ Publizitatearen estrategiak eta gure erosteko ohituretan duen eragina aztertu.
- ◆ Publizitateak edertasun kanonetan eta gure kontsumo ohituretan duen eraginaz jabetu.
- ◆ Kontsumo eredu ezberdinek ingurunean eta gure gizartean duten eragina aztertu.
- ◆ Azoka, denda txiki eta merkatal gune handietako erosketak alderatu.
- ◆ Ingurumenaren zaintza eta kontsumo jasangarriaren aldeko joera bultzatu.
- ◆ Elikaduraren inguruan ematen diren zuzengabekeri, desoreka eta gaixotasunez jabetu.



## Prozedura:

- 1 Zentroan bertan:** Zentroa ezagutu eta edukiak landuko dira zentroko baliabide, material eta ekintza ezberdinen bidez (3 ordu inguru).
- 2 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.





### Ekintzak:

1go jarduera. Nolako elikadura halako gorputza eta osasuna.

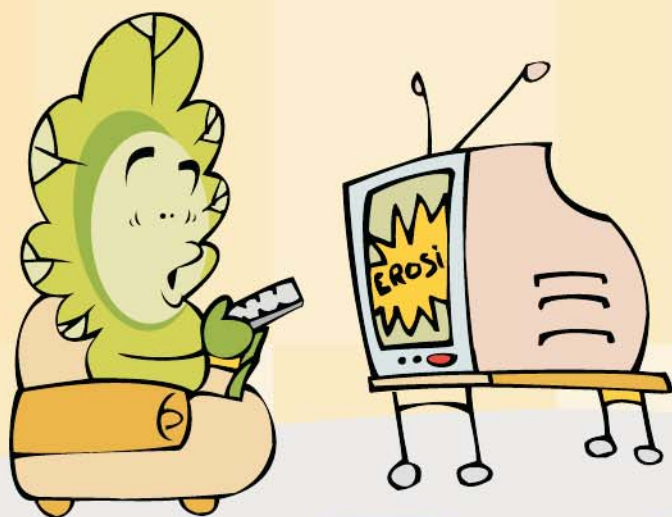
- ◆ Elikaduraren inguruko frogak.
- ◆ Erantzunen arabera gorputza osatu eta baloratu.

2. jarduera. Itxuraren gizartea.

- ◆ Iragarkiak ikusi eta aztertu.
- ◆ Taldeka iragarki berri bat sortu.

3. jarduera. Jakiak eta kontsumoa. Elikaduraren aztarna ekologikoa.

- ◆ Jakien jarraipena ekoizpenetik kontsumora arte.
- ◆ Kontinente ezberdinetako taldeak egin, menua osatu eta aztarna ekologikoa baloratu.
- ◆ Gure kontsumo ohituren balorazioa.



Prezioa: D'elikatuz zentroko ekintza: 3,50 €/ikasle

D'elikatuz zentroko ekintza + ekintza osagarria:  
prezioa aldatzen da ekintzaren arabera.