



# 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.

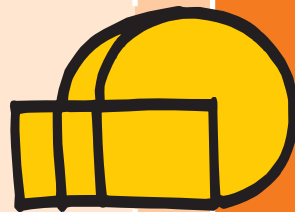
## Prozedura(3 ordu inguru):

- 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'elikatzuz zentroko ekintza: 4,50 € ikasle 20-tik gorako taldeentzako - 7,50 € ikasle 20-tik beherako taldeentzako  
D'elikatzuz zentroko ekintza + ekintza osagarria: prezioa aldatzen da ekintzaren arabera.

