

3-5 URTE: ELIKADURA OSASUNGARRIA ETA ESKOLAKO JANGELA

IeZ proiektua: "Mundua elikatu: keinu txikiekin aldaketa handiak lortu"

1. Justifikazioa

Proiektu honek haurtzarotik elikadura osasungarriaren inguruan sentsibilizatzeko beharrari erantzuten dio, oinarrizko eskubide gisa, eskolapioek munduan dituzten eskoletako jangelekin konektatuz. LOMLOEren arabera, Haur Hezkuntzak autonomia pertsonala eta ingurunearen ezagutza sustatu behar ditu, ohitura osasungarriak eta elkartasun baloreak bultzatuz. Proiektu honek "Pentsatu globalean, jardun lokalean" esaldiari erantzuna ematen dio, tokiko elikadura malnutrizioaren errealitate globalarekin lotzean.

2. Helburuak

Ikaskuntza-helburuak:

- Elikagai osasungarriak ezagutzea eta elikadura-ohitura egokiak garatzea
- Besteekin elkarbanatu eta elkar-zaintzearen garrantzia ulertzea
- Ideiak eta emozioak artearen eta ahozko komunikazioaren bidez adieraztea
- Beste kultura batzuekiko errespetu eta elkartasun jarrerak garatzea

Zerbitzu-helburuak:

- Hezkuntza-komunitatea elikadura osasungarriaren garrantziaz sentsibilizatzea
- Itaka Escolapios-en jangelak ezagutzera ematea.
- Eskolako jangelarako eta ikasgeletarako informazio-materialak sortzea

3. Jakintza-eremuak eta-arloak

- **Harmonian haziz:** Ohitura osasungarriak, autonomia pertsonala
- **Ingurunea aurkitzea eta esploratzea:** hainbat kultura eta errealitate ezagutzea
- **Komunikazioa eta Errealitatearen Adierazpena:** Adierazpen artistikoa eta ahozkoa

4. LOMLOEren gaitasun espezifikoak eta arloekiko lotura

Arloa	LOMLOE berariazko gaitasuna
Armonian haziz	CE. CA.2 "Emozioak aitortzea, adieraztea eta arautzea, ongizate emozionala eta segurtasun afektiboa lortzeko beharrak eta sentimenduak adieraziz"
Ingurunearen aurkikuntza	CE. DE.3 "Naturako elementuak eta fenomenoak ezagutzea, naturan eragina duten ohiturekiko interesa erakutsiz, pertsonen bizitzan ingurunearen erabilera iraunkorraren, zaintzaren eta kontserbazioaren garrantzia balioesteko"
Komunikazioa eta Ordezkaritza	CE. CR.4 "Testu idatziekin zerikusia duten jardueretan beraien kabuz parte hartzea, funtzionaltasuna ulertzeko interesa erakutsiz eta ematen duten ezagutza balioetsiz"

5. Oinarrizko jakintzak (HH-LOMLOE)

- **Armonian haziz:** Elikadurarekin, higieinarekin, atsedenarekin, autozaintzarekin eta ingurunearen zaintzarekin lotutako ohitura eta praktika jasagarriak eta ekosozialki arduratsuak
- **Ingurunearen aurkikuntza:** Elementu naturalak (ura, lurra, airea). Eragina pertsonen bizitzan. Natura-ingurunea errespetatzea eta babestea
- **Komunikazioa eta Adierazpena:** Komunikazio-asmoa eta testuinguru-elementuak: egoera, hartzaileak eta interakzio mota. Errespetua eta berdintasuna bultzatzen duten komunikazio-egoera eta hizkuntza-trukatze baliabideak ematea

6. Sekuentziario didaktikoa (8 saio)

Astea	Saioa	Jarduera nagusia	Landutako LOMLOE konpetentziak	Azken produktua	Ebaluazioa
1	1-2	"Kiko eta elikagai magikoak ezagutzuz" - Kamerungo eta beste leku askotako jangelen aurkezpena eta elikagaien azterketa sensoriala	CE. CA.2 "Emozioak pixkanaka ezagutzea, adieraztea eta erregulatzea, ongizate emozionala eta segurtasun afektiboa lortzeko beharrak eta sentimenduak adieraziz"	Kiko eta elikagai gogokoenen marrazkiak	Parte-hartzearen eta erakutsitako interesaren behaketa

2	3-4	"Elikaduraren ortzadarra margotzen dugu" - Jangelarako muralak sortzea kolore desberdinetako elikagaiekin	CE. CR.4 "Testu idatziekin lotutako jardueretan norberaren ekimenez parte hartzea, haien funtzionaltasuna ulertzeko interesa erakutsiz eta ematen duten ezagutza baloratuz"	Jangelarako horma-irudi handia, koloreen arabera sailkatutako elikagaiekin	Sormen prozesuaren eta lan kooperatiboaren portfolioa
3	5-6	"Irakasten duten kartelak" - Geletarako elikadura osasungarriari buruzko informazio-kartelak egitea	CE. DE.3 "Naturako elementuak eta fenomenoak ezagutzea, eta naturan eragiten duten ohiturekiko interesa erakustea, erabilera jasagarriak eta ingurunea zaintzeak eta kontserbatzeak pertsonen bizitzan duten garrantzia balioesteko"	Ikasgela bakoitzerako piktogramak dituzten informazio kartelak	Sormena eta transmititutako mezua ebaluatzeko errubrika sinplea
4	7-8	"Ikasitakoa partekatzen dugu" - Familiei aurkezpena eta ospakizuna kulturarteko dastaketarekin	Landutako gaitasun guztien integrazioa	Erakusketa osoa eta ekitaldia	Ikasitakoari eta komunitatean duen eraginari buruzko talde-autoebaluazioa

7. Jarduera osagarriak (ordu 1 bakoitza)

A jarduera: "Elikagaien semaforoa"

- Elikagai berdeak (beti jan behar direnak), horiak (noizean behin jatekoak) eta gorriak (oso gutxi)sailkatzea, Kamerungo jangelekin erlazionatuz.

B jarduera: "Gaur gu sukaldaria"

- Errezeta erraz bat prestatzea (fruta-entsalada), Itaka Escolapios-en jangeletara iristen diren osagaien inguruan ikasten duten bitartean.

C jarduera: "Kiko sukaldariaren ipuina"

- Lankidetzeta baloreak bultzatuko dituen antzerlana egitea. Antzezlanaren protagonista Kiko sukaldaria izango da eta Kamerunen zein beste leku askotako jangeletan aurkitzen duen errealitatea aurkeztuko du, laguntza eskatuz.

8. Jarduera nagusien garapen zehatza

1-2 SAIOA: "Kiko eta elikagai magikoak ezagutzen"

Iraupena guztira: 90 minutu (45 minutuko 2 saio)

Irakaslearen alde aurreko prestakuntza:

- "Kiko" (Afrikako sukaldaria) panpina/txotxongiloa sortu edo lortu.
- Elikagai ezberdinak prestatu zentzumenak lantzeko (frutak, barazkiak, zerealak)
- Itaka escolapios-eko eskola-jangeletako argazkiak inprimatzea
- Afrikako musika lasaia prest izatea
- Parte-hartzea erraztuko duen espazioa prestatzea, borobilean, alfonbra...

Saioaren sarrera (10 minutu):

" Egun on, esploratzaile txikiak. Gaur, hemendik oso urrun, Afrika izeneko kontinente batean bizi den lagun berezi bat ezagutuko dugu. Kiko du izena eta gurea bezalako ikastetxe bateko sukaldaria da. Ba al dakizue zer egiten duen sukaldari batek? Kikok datu oso garrantzitsuak ditu janariari buruz eta guri kontatu nahi dizkigu".

Garapena pausoz pauso:

1. saioa (45 minutu):

1. Kikoren aurkezpena (15 minutu)

- Kiko panpinaren lehen agerpena, ahots berezia jarriz
- Kikok kontatzen duena: " Kaixo lagunak, Kiko naiz eta haur askoren sukaldaria naiz Kamerungo eskolan eta beste leku askotan. Arazo batekin topatzen naiz askotan... ez dut nahiko janari denontzat... "
- Haurrek Kiko agurtzen dute eta galdera libreak egiten dituzte

2. Elikagaien azterketa sentsoriala (20 minutu)

- Benetako elikagai ezberdinen bandeja aurkeztu
- Haur bakoitzak elikagai bat ukitu, usaindu eta deskribatuko du

- Guztion artean sailkatuko ditugu: "Elikagai honek energia ematen al digu? Hazten laguntzen al digu?"
- Lotura: "Uste al duzue Kikok bere sukaldean elikagai hauek erabiltzen dituela?"

3. **Lehen inpresioak** (10 minutu)

- Haur bakoitzak libreki marrazuko du Kiko gustoko duen elikagai batekin.
- Guztion aurrean aurkeztuko ditugu marrazkiak lurrean jarriz.

2. saioa (45 minutu):

1. **Kiko nor den gogoratuko dugu**(10 minutu)

- Kikoren bigarren agerpena: "Nirekin gogoratzen al zarete?"
- Aurreko egunean ikasitakoaren erreposoa egingo dugu Kikorekin batera

2. **Kiko jangelan ikusten dugu** (15 minutu)

- Afrikako eskola ezberdinetako jangelen 3-4 argazki handi erakutsi
- Gure eskolako jangelarekin konparatu: "Zertan dute antza? Zertan dira desberdinak?"
- Kikok azaltzen du: "Nire jangelan haurrak ere elkarrekin esertzen dira eta janaria elkarbanatzen dute"

3. **Elikagai magikoak** (15 minutu)

- Jolasa: elikagai bakoitzak "botere magikoa" du (azenarioak ikusmena hobetzen du, , esneak gure hezurak gogortzen ditu...)
- Haurrek elikagai bakoitzaren botereak imitatzen dituzte
- Kikok dio: "Elikagai magiko hauek munduko haur guztiei indartsu hazten laguntzen diete"

4. **Kikorekin hartzen dugun konpromisoa** (5 minutu)

- "Zer egin dezakegu Kikori eta bere jangelako haurrei laguntzeko?"
- Haurrek ideiak proposatzen dituzte (marrazkiak, gutunak, janaririk ez botatzea...)

Beharrezko materialak:

- Panpina edo txotxongilo bat "Kiko"
- Elikagai erreal ezberdinak
- Gure ikastetxeetako jangelako argazkiak

- Folioak eta margoak
- Musika entzuteko modu bat

Ebaluazioa:

- Parte-hartze aktiboaren behaketa zuzena
- Iruzkin esanguratsuen erregistro anekdotikoa
- Egindako marrazkien analisia

3-4 SAIOA: " Elikaduraren ortzadarra margotzen dugu "

Iraupena guztira: 90 minutu (45 minutuko 2 saio)

Irakaslearen alde aurreko prestakuntza:

- Muraletarako paper handia prestatu (2m x 1.5m)
- Eskuekin eta pintzelekin margotzeko margo ezberdinak prestatu
- Elikagaien siluetak moztu
- Haurrentzako mantalak edo arropa zaharrak prestatu/beraiei eskatu
- Toallitak eta lehortzeko papera prestatu
- Lurra plastikoekin edo egunkariekin babestu

Saioaren sarrera (10 minutu):

" Kikok gutun bat bidali digu! Gure jangela dekoratzea nahi omen du, berea bezain polita izan dadin. Ba al dakizue elikagaiak kolore asko dituztela? Horma-irudi erraldoi bat egingo dugu elikaduraren ortzadarrarekin".

Garapena pausoz pauso:

3. saioa (45 minutu):

- 1. Horma-irudiaren plangintza (15 minutu)**
 - Lurrean zabaldua dagoen muralerako papera erakustea
 - Ortzadarraren koloreak izango dituzten elikagaiak margotuko dituztela azaldu
 - Koloreka taldeak egingo dira: gorriak, laranja, horiak, berdeak, urdinak, moreak
 - Talde bakoitzak bere koloreko elikagaiak zeintzuk diren pentsatzen du
- 2. Margoekin hasi (25 minutu)**

- Talde bakoitza ortzadarraren bere koloreko zatia margotzen hasten da
- Haurrek behatzekin eta pintzelekin margotzen dute

3. Lehen ebaluazioa (5 minutu)

- Talde-lanaren behaketa
- Eskuak garbitu eta materialak jaso

4. saioa (45 minutu):

1. Ortzadarrarekin jarraitu (30 minutu)

- Talde bakoitzak elikagai gehiago gehitzen dizkio bere kolore zatiari
- Elikagaien siluetak banatu ditzakegu errazteko.
- Taldeen arteko laguntza sustatzea
- Irakaslea laguntzen eta galderak egiten dabil: "Zein elikagai gorri ari zarete margotzen? Kikok tomaterik izango al du bere jangelan?"

2. Azken pintzeladak (10 minutu)

- Apaingarri ezberdinak gehitu: eguzkia, hodeiak, irribarreak...
- Guztiaren gainean idatzi: "ELIKADURA OSASUNTSUAREN ORTZADARRA"
- Guztiak batera sinatu

3. Gure lanaz arro gaude (5 minutu)

- Horma-irudia bertikalean jarri, ondo ikusteko
- Haur bakoitzak ozen esan beharko du ikusten duen horren inguruan zer den gehien gustatzen zaiona
- Jangelan non jarri erabaki beharko dute

Beharrezko materialak:

- Muralerako paper handia
- Kolore guztietako margo likidoak
- Pintzelak
- Elikagaien siluetak
- mantalak
- Garbiketarako materiala

- Errotuladore lodiak

Ebaluazioa:

- Lan kooperatiborako errubrika sinplea
 - Norbanakoaren sormenaren behaketa
 - Prozesuaren argazkiak, porfoliorako
-

5-6 SAIOAK: "Kartelak"

Iraupena guztira: 90 minutu (45 minutuko 2 saio)

Irakaslearen alde aurreko prestakuntza:

- Koloretako A3 kartulinak prestatu (gela bakoitzeko bat)
- Elikagai osasungarrien piktogramak inprimatu
- Aurpegi irribarretsu eta tristen pegatinak prestatu
- Kola eta guraizeak prestatu
- Esaldi errazak dituzten txantiloiak prestatu: "JAN OSASUNTSU", "INDARTSU HAZI"

Saioaren sarrera (10 minutu):

"Kikok laguntza eskatu digu. Kamerungo bere ikastetxean eta beste leku askotan kartelak jarri nahi ditu, haur guztiek jakin dezaten zer elikagai laguntzen dieten indartsu eta osasuntsu hazten. Gure eskolarako kartelak ere egin ditzakegu? Horrela beste haur batzuek guk adina ikasiko dute".

Garapena pausoz pauso:

5. saioa (45 minutu):

1. Kartelen plangintza (15 minutu)

- Kartel sinpleen adibideak erakutsi
- Kartel bakoitza gela ezberdin batera joango dela azaldu
- Haurrak talde txikietan banatu (3-4 haur kartel bakoitzeko)
- Talde bakoitzak bere kartulinaren kolorea aukeratzen du

2. Edukiaren hautaketa (20 minutu)

- Talde bakoitzak 4-5 elikagai osasungarriren piktogramak aukeratzen ditu

- Piktogramak kartulinan pegatzen dira
- Elikagai osasuntsuen gainean irribarreak margotu edo itsatsi ditzakegu
- Irakasleak irudi bakoitzaren azpian hitz gakoa idazten lagunduko du

3. Lehen apainketa (10 minutu)

- Piktograma bakoitzaren inguruan marko koloretsuak gehitu
- Apaintzeko elementu errazak marraztu
- Kartelaren izenburua erabaki

6. saioa (45 minutu):

1. Kartelak osatu (25 minutu)

- Esaldi motibatzaileen txantiloak pegatu
- Apainketa gehiago gehitu: loreak, izarrak, bihotzak
- Hitz garrantzitsuenak errotuladorez erreparatu
- Talde bakoitzak bere kartelaren inguruan aurkeztuko duena praktikatzen du

2. Taldeen arteko aurkezpena (15 minutu)

- Talde bakoitzak bere kartela aurkezten du
- Elikagai zehatz horiek aukeratzearen zergatia azalduko dute
- Beste taldeek galderak eta iradokizunak egingo dituzte

3. Kokatzeko plangintza (5 minutu)

- Kartel bakoitza zein ikasgelatan joango den erabakitzea
- Eskolatik banatzen dituztenean azalduko dutena prestatu
- Kikok egindako lan ona zorionduko du

Beharrezko materialak:

- Kolore askotako A3 kartulinak
- Elikagai osasungarrien piktogramak
- Apainketarako pegatinak
- Kola eta haurrentzako guraizeak
- Koloretako errotulagailuak
- Aurretik prestatutako esaldi sinpleen txantiloak

Ebaluazioa:

- Kartel bakoitzean sartutako elementuen zenbaketa
 - Ahozko aurkezpenaren ebaluazioa
 - Azken produktuaren argazki-erregistroa
-

7-8 SAIOA: "Ikasitakoa partekatzen dugu"

Iraupena guztira: 90 minutu (45 minutuko 2 saio)

Irakaslearen alde aurreko prestakuntza:

- Kulturarteko dastaketa familiekin koordinatzea (familia bakoitzak fruta bat ekartzen du bere familiaren jatorriko herrialdetik)
- Familientzat eskuz egindako gonbidapenak prestatzea
- Erakusketarako espazioa antolatzea (murala, kartelak, marrazkiak)
- Haur bakoitzarentzat diploma sinbolikoa prestatzea: "Elikadura osasungarriaren enbaxadore txikia"
- Herrialde ezberdinetako musika lasaia prestatu
- Sukaldeko taldearekin koordinatu, jangelako instalazioak erakusteko

Saioaren sarrera (10 minutu):

"Iritsi da unerik bereziena. Kikok zuen familiak ezagutu nahi ditu eta ikasi dugun guztia erakutsi nahi die gurekin batera. Elikadura osasungarriaren festa handi bat prestatuko dugu, non mundu osoko frutak partekatuko ditugun, Kikoren jangelan egiten den bezala."

Garapena pausoz pauso:

7. Saioa (45 minutu) - Prestatzea:

1. Aurkezpenen entsegua (20 minutu)

Haur bakoitzak proiektuaren zati bat aurkezteko ensaiatzen du:

- 1. taldeak: Kiko aurkeztu eta bere historia kontatzen du
- 2. taldeak: ortzadarraren murala azaltzen du
- 3. taldeak: Sortutako kartelen erakusketa egiten du
- Elikadurari buruz ikasitako [*abestia abestuko da*](#). "Ene kantak – jangelan goxo"

2. Espazioa prestatzea (15 minutu)

- Murala ikusgai jarri
- Kartelak standetan banatu
- Afrikako jangeletako argazkiekin "Kikoko txokoa" sortu
- Familientzako aulkiak prestatu

3. Azken prestaketak (10 minutu)

- Haur bakoitzari eskuz egindako gonbidapenak ematea
- Poliki eta garbi hitz egitearen garrantzia gogoratu
- Kikok animoak ematen ditu: "Oso harro nago zuekin"

8. Saioa 8(45 minutu) - Familiekin ekitaldia:

1. Harrera eta ongi etorria (10 minutu)

- Hurrek familiei harrera egiten diete atean
- Aurkezpen ofiziala: "Ongi etorri gure elikadura osasungarriaren festara"
- Kikok familiak agurtzen ditu

2. Aurkezpenak (20 minutu)

- Talde bakoitzak proiektuaren zati bat aurkezten du
- Muralaren azalpena, guztien parte-hartzearekin
- Informazio-kartelen erakustaldia
- Elikadura osasungarriari buruzko talde-kanta

3. Kulturen arteko dastaketa (10 minutu)

- Familiek ekarri dituzten frutak aurkezten dituzte
- Fruta bakoitza herrialde batekin eta historia batekin lotzen da
- Dastatzen dugun bitartean zapoak eta testurak komentatuko dira
- Kikoren jangelako elikagaiekin lotura egitea

4. Diplomak banatu eta itxiera (5 minutu)

- Diplomak ematea, "Elikadura osasungarriaren enbaxadorea"
- Kikok laguntza eskertu eta hurrengo proiektura arte agurtuko da
- Familiekin, muralekin eta kartelekin talde argazkia atera

Beharrezko materialak:

- Eskuz egindako gonbidapenak
- Izenekin inprimatuta dauden diplomak
- Lurralde ezberdinetako musika lasaia
- Mahaiak
- Argazki-kamara
- Festa apaingarriak (puxikak, girnaldak...)

Ebaluazioa:

- Familia-partaidetzaren behaketa
- Haurren komunikazio-trebetasunen ebaluazioa
- Familie feedback idatzia
- Talde-autoebaluzioa: "Zer ikasi dugu Kikorekin?"

ITAKA ESCOLAPIOS ELKARTASUN KAMPAINA . 25/26 INASTURTEA
25 URTE SUSTRAIAK ZABALTZEN

KIKOren marrazkiak





25 URTE SUSTRAIAK ZABALTZEN



25 URTE SUSTRAIAK ZABALTZEN







