

ELIKADURA BURUJABETZA SUKALDEAN

Ostalaritza eta Turismo arloko Lanbide Heziketara
zuzendutako Unitate Didaktikoa



alimentación
Landa ingurua sustatzeko eskolen sarea



SEMBRANDO Y COCINANDO
SOBERANÍA ALIMENTARIA

ELIKADURA BURUJABETZA SUKALDEAN

Ostalaritza eta Turismo arloko Lanbide Heziketara zuzendutako Unitate Didaktikoa

Argitalpen honek Garapenerako Nazioarteko Lankidetzako Espainiako Agentziaren (AECID) diru-laguntza izan du. Argitalpenaren edukia Hegoa Institutuaren eta Bidezko Elikadura elkartearen erantzukizun osoa da eta ez du zertan AECIDren iritzia adierazi.

Argitaratzaileak:



Florida Blanca Kalea, 66-72
5. lokala, 08015.artzelona
Tel: 93 423 70 31

www.justiciaalimentaria.org
www.alimentacion.net



Zubiria Etxea. UPV/EHU
Lehendakari Agirre etorb, 83
48015 Bilbao
Tel: 94 601 70 91

Arabako Campuseko Liburutegia. UPV/EHU
Nieves Cano, 33
01006 Gasteiz
www.hegoa.ehu.es

2019ko iraila

Diseinua eta maketazioa: Laura Fernández Blanco
Itzultzailea: Iñigo Gallastegi



cooperación
española

Argitalpen honek Garapenerako Nazioarteko Lankidetzako Espainiako Agentziaren (AECID) diru-laguntza izan du.



Aitortu-EzKomertziala-LanEratorririkGabe 4.0 Espainia

Lan honek Creative Commons lizentzia du. Baimenduta dago lan hau kopiatzea, banatzea eta publikoki komunikatzea egilea aitortzen bada eta helburu komertzialekin erabiltzen ez bada. Ezin da lan hau aldatu, eraldatu edo lan honetatik beste bat eratorri.

Lizentzia osoa: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.eu>

00

ÍNDICE

01. Aurkezpena	4
02. Unitate Didaktikoaren Eskema	6
03. Lehenengo saioa. Elikadura Burujabetza vs. Eredu agroindustriala	8
1.1. Jarduera. Aurkezpen laburra.	9
1.2. Jarduera. Semaforoa: aldez aurreko ezagutzak.	9
1.3. Jarduera. Bi tomate eta bi patu. Zein aukeratu?	10
04. Bigarren saioa. Zer dago janari lasterreko jatetxeen atzean?	13
2.1. Jarduera. Bideo-jokoa: McDonalds Game.	14
2.2. Jarduera. Hanburgsaren beste prezioa.	16
05. Hirugarren saioa. Alternatibak sortuz	17
3.1. Jarduera. Nola izan arduratsuagoa sukaldean?	18
3.2. Jarduera. Sasoiko horma-irudia.	19
06. Laugarren saioa. Sukaldaritza iraunkorra: errealitate bat	20
4.1. Jarduera. Role Playing. <i>Chef jasangarria</i> .	21
07. Jarraipen-saioa. Teoriatik praktikara: Gastronomía erakusketa jasangarria	22
5.1. Jarduera. Errezeta jasangarriak diseinatzea eta prestatzea.	23
08. Ebaluazio proposamenak	24
Generoko-behaketari buruzko errubrika.	25
Ikasleen talde-lanari buruzko ebaluazio-errubrika .	27
09. 1. eranskina. Fruituak eta barazkiak/sasoien koadranteak	31
10. 2. eranskina. Sasoiko fruituen eta barazkien egutegia	37

01

AURKEZPENA

NORK PROPOSATZEN DU

«Elikadura burujabetza erein eta kozinatuz» proposamena **Bidezko Elikadura eta Hegoa** erakundeek koordinatzen dute. Erakunde horietako kideok landa-garapen eredu bidezkoa eta elikadura egokia izateko eskubidea sustatzen ditugu. Hala, gaur egungo elikadura-eredua aldatu behar dugula uste dugu; izan ere, horrek gaixotzen eta zapaltzen gaitu, komunitate baserritarrak kanporatzen ditu eta ingurumena suntsitzen du. Aldaketa hori lortzeko **Elikadura Burujabetza** ezinbestekoa da.

Gure helburua erdiesteko Latinoamerikako eta Afrikako zenbait herrialdetan eta Espainiako estatuan lan egiten dugu, lankidetzaren, hezkuntzaren, ikerketaren, komunikazioaren eta politikan eragitearen bitartez.



Elikadura burujabetza herriek beren nekazaritza- eta elikadura-politikak zehazteko duten eskubidea da, garapen iraunkorreko eta elikadura-segurtasuneko helburuen arabera. Elikadura burujabetzak, beraz, honako hauek babestea eskatzen du: tokiko merkatua, nekazaritza baliabideak eskuratzeko baserritarren eskubideak eta pertsona guztiek elikagai nutritiboak eta agroekologikoak izateko duten eskubidea.

NON KOKATZEN DA UNITATE DIDAKTIKO HAU

Unitate didaktiko hau «Elikadura burujabetza erein eta kozinatuz» prozesuan kokatzen da eta Nekazaritza eta Ostalaritza eta Turismo arloetako Lanbide Heziketara zuzendutako hezkuntza-proposamena da.

Izan ere, lanbide horiek elikagaien ekoizpenari, banaketari eta kontsumoari lotuta daude. Hala, proposamen honen helburua ziklo horietako ikasleek nagusi den elikadura ereduaren mundu mailako eta tokiko ondorioak ezagutzea eta sektoreko profesional bezala izango duten rolaz jabetzea da; hori guztia genero-berdintasun ikuspegi batean oinarrituz.

Gelako saioez gain, prozesuak beste jarduera batzuk ere aurreikusten ditu. Ostalaritza arloko Lanbide Heziketaren kasuan, adibidez, honako hauek ere burutuko dira: elikadura burujabetzaren printzipioekin bat datorren **showcooking** saio bat, ostalaritzaren sektoreko ekimen jasangarri batera **bisita** bat eta, prozesuari amaiera emateko, probintzia-mailan, nekazaritza arloko ikasleekin **esperientziak partekatzeko topaketa** bat. Azken horretan nekazaritza- eta elikadura-sistemaren oinarri bien arteko harremanaren garrantzia bistaratuko da. Topaketa horretarako, ostalaritzako ikasleek **plater «jasangarrien»** erakusketa bat diseinatuko eta prestatuko dute, nekazaritza arloko ikasleek hazitako elikagai ekologikoak erabili

ZEINTZUK DIRA HELBURU OROKORRAK

- Nekazaritza- eta elikadura-eredu bi hauen ezaugarriak eta mundu mailako eta tokiko ondorioak aztertzea: elikadura burujabetza eta eredu agroindustrialak.
- Eredu agroindustrialak sortzen dituen gizarte-, ingurumen- eta osasun-arazoak ezagutzea.
- Arazo horiek dagokien praktika profesionalarekin lotzea.
- Elikadura-eredu osasungarria, bidezkoa eta iraunkorra sustatzen duten benetako alternatibak sortzea, ikasleek izango dituzten lanbideetan burutu ditzaketenak.

ZEIN DA METODOLOGIA

Proposamenak metodologia aktiboak erabiltzen ditu. Ikuspegi sozio-afektibotik planteatzen da, ikasleen esperientzia eta ezagutzetan oinarrituz eta ikasleak landutako gaien partedun eginez. Hala, ikasleek gai horiek beraien egunerokoarekin eta etorkizun profesionalarekin lot ditzaten lortu nahi dugu.

Horretarako, bada, parte hartzeko dinamikak proposatzen dira. Proposatutako tresnen artean ikus-entzunezkoak, antzerkia, eztabaida eta bideo-jokoak ere aurkitzen ditugu.

Halaber, proiektu bidezko ikasketaren jarraibideak erabiltzen dira; izan ere, metodologia horren bitartez, ikasleek, ezagutzak ez ezik, kompetentziak ere eskuratzen dituzte. Zentzu horretan, metodologiak funtsezko hainbat elementu ditu. Prozesuaren emaitza «produktu» bat izango da: errezeta jasangarriak diseinatzea eta prestatzea. Bestalde, ezagutza kolektiboki sortzeko prozesuak ere sustatzen ditu. Hala, ikasleak informazioa lortzeko eta arazoa ezagutzeko eta alternatibak proposatzeko prozesuaren protagonistak dira. Horretan, bada, elkarlana proposamenaren gako da.

NORI ZUZENDUTA DAGO

Proposamen didaktiko hau Ostalaritza eta Turismo arloko Lanbide-Heziketa ikasleei zuzenduta dago, hain zuzen ere, honako ziklo hauetako ikasleei:

OSTALARITZA ETA TURISMOA

OINARRIZKOA

Okintzako eta pastelgintzako jardueretako teknikaria.
Sukaldaritza eta jatetxe-arloko teknikaria.

ERDI-MAILAKOA

Sukaldaritza eta gastronomiako teknikaria.
Jatetxe-arloko zerbitzuetako teknikaria.

GOI-MAILAKOA

Sukalde-zuzendaritzako goi-mailako teknikaria.
Jatetxe-arloko zerbitzuen zuzendaritzako goi-mailako teknikaria.

ZENBAT SAIO DITU

Unitate Didaktikoak Bidezko Elikadura erakundeak emandako **4 saio** ditu eta ikasleek irakasleen laguntzaz egindako **jarraipen-saio bat**.

02

UNITATE DIDAKTIKOAREN ESKEMA

SAIOA	HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK
LEHENENGO SAIOA Elikadura Burujabetza vs. eredu agroindustriala 50 min.	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Unitate didaktikoa bera, atzean dagoen proposamena eta hori koordinatzen duen erakundea ezagutzea. <input checked="" type="checkbox"/> Ikasleek gaiari buruz aurretik duten ezagutza ikustea. <input checked="" type="checkbox"/> Nekazaritza- eta elikadura-eredu biak bereiztea: elikadura burujabetza vs. eredu agroindustriala. <input checked="" type="checkbox"/> Horietako bakoitzaren abantailak eta arazoak aztertzea. 	Nekazaritza- eta elikadura-eredu bi hauen ezaugarriak, abantailak eta arazoak: elikadura burujabetza eta eredu agroindustriala.
BIGARREN SAIOA Zer dago janari lasterreko jatetxeen atzean? 50 min.	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Elikadura industrialaren gizarte-, ingurumen- eta osasun-ondorioak ezagutzea. 	Nekazaritza- eta elikadura-multinazional baten ekoizpen-katearen maila desberdinak. Eredu agroindustrial eta horren ondorioak.
HIRIGARREN SAIOA Alternatibak sortuz 50 min.	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Modu arduratsuan kozinatzeko beraien praktika profesionalean martxan jarri ditzaketen alternatibak sortzea eta partekatzea. <input checked="" type="checkbox"/> Elikagaiak kontsumitzeko sasoiak ezagutzea. <input checked="" type="checkbox"/> Sasoiko elikagaien kontsumoa sukaldaritza jasangarriago baterako tresnatzat hartzea, 	Modu arduratsuan kozinatzeko alternatibak. Sasoiko elikagaiak.
LAUGARREN SAIOA Sukaldaritza iraunkorra: errealitate bat 50 min.	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Ikasitakoa aplikatzea. <input checked="" type="checkbox"/> Sukaldaritza «iraunkorra» aukera profesionaltzat hartzea. 	Errezeta bat «bidezkoa eta jasangarria» izateko irizpideak. Elikadura burujabetzaren printzipioen arabera lan egiten duten jatetxeak.
JARRAIPEN-SAIOA	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Ikasitakoa aplikatzea. <input checked="" type="checkbox"/> Mundu bidezkoago eta iraunkorrago bat sortzen laguntzeko benetako alternatibak daudela praktikan erakustea. 	Errezeta jasangarriak eta osasungarriak. Beste espezialitate batzuetako kideak ezagutzea eta horiekiko kohesioa.

UNITATE DIDAKTIKOAREN ESKEMA

JARDUERAK	AGERTOKI DIDAKTIKOAK ETA IKASTETXEAREN BALIABIDEAK	BALIABIDEAK
1.1. Aurkezpen laburra. 1.2. Semaforoa. Aldez aurreko ezagutzak. 1.3. Bi tomate eta bi patu. Zein aukeratu?	Gela arrunta. Baliabideak: Proiekzio- ekipamendua: Proiektorea/ bozgorailuak/PCa.	<input checked="" type="checkbox"/> 30 txartel gorri, 30 berde, 30 hori. <input checked="" type="checkbox"/> Pendrive bat, «Bi tomate eta bi patu» film laburra duena.
2.1. Bideo-jokoa: «McDonalds Game». 2.2. Hanburgesaren beste prezioa.	Informatika-gela (Internet konexioarekin). Baliabideak: ordenagailu bat bi ikasleko.	<input checked="" type="checkbox"/> Pendrive/CD bat, bideo-jokoa duena -bada ezpada Internet konexioa ez balebil-.
3.1. Nola izan arduratsuagoa sukaldean? 3.2. Sasoiko horma-irudia.	Gela arrunta. Baliabideak: bat ere ez.	<input checked="" type="checkbox"/> Paper zati handi bat. <input checked="" type="checkbox"/> 1. eranskinaren 6 kopia (Elikagaiak aldez aurretik ebaki behar dira eta elikagai «sorta» bakoitza gutun-azal batean sartuko da). <input checked="" type="checkbox"/> 6 barra-kola. <input checked="" type="checkbox"/> 2. eranskinaren 6 kopia.
4.1. Role playing. <i>Chef jasangarria</i> .	Gela arrunta. Baliabideak: Proiekzio- ekipamendua: Proiektorea/PCa.	<input checked="" type="checkbox"/> Kartoi meheak, errotuladoreak.
5.1. Jarduera. Errezeta jasangarriak diseinatzea eta prestatzea.	Irakasleak nahi duena.	<input checked="" type="checkbox"/> Topaketan egingo den erakusketa gastronomikorako: lehengai ekologikoak/sukaldeko tresnak.

03

LEHENENGO SAIOA

2 ORDU

Elikadura Burujabetza vs eredu agroindustriala

HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK	JARDUERAK
<ul style="list-style-type: none"> ☑ Unitate didaktikoa bera, atzean dagoen proposamena eta hori koordinatzen duen erakundea ezagutzea. ☑ Ikasleek gaiari buruz aurretik duten ezagutza ikustea. ☑ Nekazaritza- eta elikadura-eredu biak bereiztea: elikadura burujabetza vs. Eredu agroindustriala. ☑ Horietako bakoitzaren abantailak eta arazoak aztertzea. 	<p>Nekazaritza- eta elikadura-eredu bi hauen ezaugarriak, abantailak eta arazoak: elikadura burujabetza eta eredu agroindustriala.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Aurkezpen laburra. 1.2. Semaforoa. Aldez aurreko ezagutzak 1.3. Bi tomate eta bi patu. Zein aukeratu?

AGERTOKI DIDAKTIKOA: Gela arrunta.

IKASTETXEAREN BALIABIDEAK: Proiekzio-ekipamendua: Proiektorea/bozgorailuak/PCa.

BALIABIDEAK: Pendrive bat, «Bi tomate eta bi patu» film laburra duena. 30 txartel gorri/30 berde/30 hori.

1.1. JARDUERA. Aurkezpen laburra

15 min

Garapena:

Saioaren dinamizatzaileak bere burua eta Bidezko Elikadura erakundea aurkeztu eta «Elikadura Burujabetza erein eta kozinatuz» proposamena azalduko du. Hurrengo saioetan landuko den edukia ere laburki azalduko du.

«Mugikorra-sagarra» alderaketa erabil dezake, elikagaiak salerosgai bezala eta ez oinarritzko eskubide bezala erabiltzen direla azpimarratzeko.

1.2. JARDUERA. Semaforoa. Aldez aurreko ezagutzak

45 min

Taldekatzea: Banaka.

Garapena:

Ikasle bakoitzari hiru txartel banatuko zaizkio: gorri bat, berde bat eta hori bat. Dinamizatzaileak galderak egingo dizkie eta haiek txartel berdea erakutsiko dute erantzuna baiezkoa bada, horia zalantzan badaude edo erantzuna ez badakite eta gorria erantzuna ezezkoa bada. Galdera bakoitzaren ostean, ikasle bati bere erantzunaren zergatia azaltzeko eskatuko zaio. Dinamizatzaileak hitz egiten utziko die ikasleei, horren inguruan iruzkinik egin gabe. Izan ere, dinamikaren helburua ikasleek aldez aurretik dituzten ezagutzak ikustea da eta ez ondorio batera heltzea.

Dinamizatzaileak kontuan hartuko ditu erantzunak geroago horiei berriro ekiteko.

Egin daitezkeen galderak:

- ? Ba al dakizu Elikadura Burujabetza zer den?
- ? Ba al dago gaixotzen gaituen elikadurarik?
- ? Ikasten ari zaren hezkuntza-zikloak ba al du ingurumenarekiko loturarik?
- ? Ikasten ari zaren hezkuntza-zikloak ba al du pobrezia-erakiko loturarik?
- ? Pobretutako herrialdeetako elikagaiak erostean bertako biztanleei laguntzen al diegu?
- ? Aukeratu dituzuen lanbide horietan ba al dago gizonen eta emakumeen arteko berdintasuna?

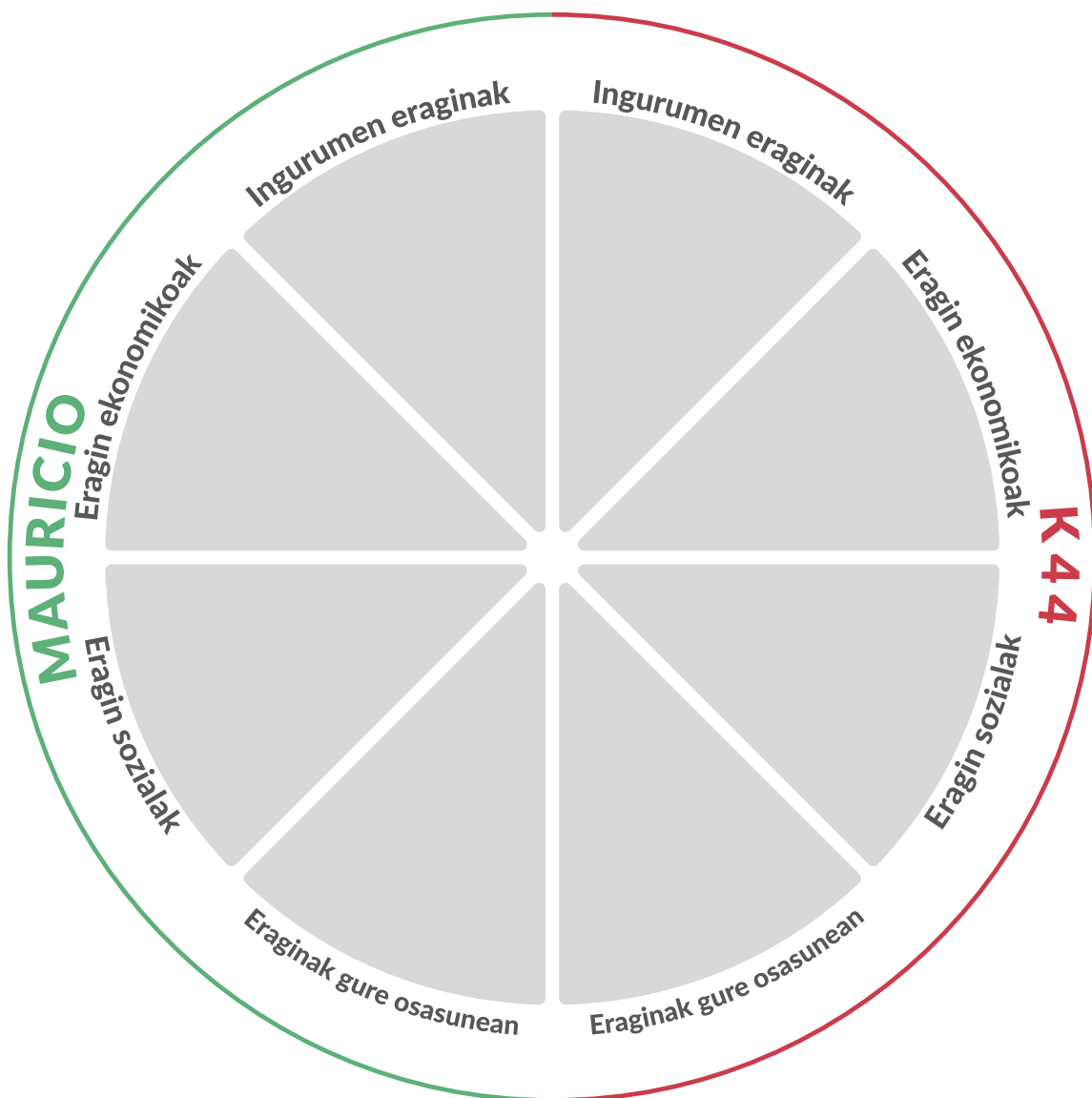
1.3. JARDUERA. Bi tomate eta bi patu. Zein aukeratu?

60 min

Taldekatzea: Bi talde. Amaierako hausnarketa: talde osoa.

Garapena:

1. «**Dos tomates, dos destinos**» (Bi tomate eta bi patu) film laburraren proiektioan ekoizpen-eredu agroindustrialaren eta agroekologikoaren eragin positiboak eta negatiboak ikusiko ditugu. Ikasleek, binaka edo talde txikietan, eredu bakoitzak gizartean, ingurumenean, ekonomian eta gure osasunean dituen eraginak aztertuko ditu. Gero, ondorio horiek post-itetan idatziko dituzte eta arbelean itsatsiko dituzte honako irudi honen gainean:



2. Irakasleek ikasleek identifikatutako eraginak berrikusiko ditu eta talde osoarekin partekatuko ditu.

3. Ondoren, ikasleak bi taldetan banatuko dira. Talde bakoitzak hauteskunde-kanpaina bat sortu beharko du: «Bozkatu Maurizio» edo «Bozkatu K-44». Eztabaidarako prestatuko dira. Talde bakoitzak bere hautagaia bozkatzearen abantailak eta bestea bozkatzearen desabantailak azpimarratu beharko ditu, benetako eztabaida politikoeekin paralelismo bat eginaz. Ordezkarri bana aukeratu beharko dute; batek Maurizioena egingo du eta besteak K-44rena. Gainontzeko kideak aholkulariak izango dira eta haiek ere parte hartu ahal izango dute eztabaidan. Eztabaida prestatzeaz gain, irratirako iragarkiak, kartelak, eta abar ere egin ahal izango dituzte (taldeak handiegiak izatekotan, talde txikiagoak era daitezke eta bakoitzari ekintza baten ardura eman). Taldeek eztabaida prestatzen duten bitartean, dinamizatzailerak talde desberdinetatik igaroko da, orientazioa emateko helburuz. Horretarako, irakasleak aurrerago emango ditugun jarraibideak kontuan hartu behar ditu.
4. Prestaketaren ostean, talde bakoitzak bere kanpaina egingo du. Gero, talde biek eztabaidatuko dute. Bitartean, irakasleak talde bakoitzak azaltzen dituzten abantailak eta desabantailak arbelean idatziko ditu.



Eztabaidan, behar izanez gero, irakasleak galderak egin diezazkie hautagaiei. Hona hemen adibide batzuk:

Dinamizatzailerentzako jarraibideak:

- ? Nola eta nork hazi du tomate bakoitza?
 - ? Zer nolako eragina du zure hautagaiak gure osasunean?
 - ? Zer nolako eragina du zure hautagaiak gure eskualdeko ekonomian?
 - ? Zer nolako ingurumen-eraginak ditu zure hautagaiak gure eskualdean? Eta hegoaldeko herrietan?
 - ? Zer nolako eragin sozialak ditu zure hautagaiak gure eskualdean? Eta hegoaldeko herrietan?
5. Eztabaida amaitutakoan, ikasleei deskonektatzeko eta beren rola uzteko eskatuko zaie eta, elkarrekin, sortutakoaren inguruan hausnartuko dute. Hona hemen hausnarketarako galdera batzuk:

Dinamizatzailerentzako jarraibideak:

- ? Nola sentitzen zara zure ideiekin eta iritziekin babestu duzun hautagaiari dagokionez?
- ? Nola sentitu zara beste hautagaiak zuri emandako tratuarekin? Eta nola tratatu duzu zuk bera?
- ? Irudikatutako eredu onuren eta arazoengatik inguruan zenuten iritzia aldatu da?
- ? Zer ikasi dugu jarduera honekin?
- ? Zer eman digu jarduera honek guk ez genekiena edo aintzat hartzen ez genuena?
- ? Zer egin dezakegu orain informazio horrekin?
- ? Zer egin dezakegu gure egunerokoan hori aldatzeko, bai etxean eta bai lanean?
- ? Zuen kontsumo-ohiturek ba al dute eragina eredu bata edo bestea babesteari dagokionez?



Ikasleek honako hau ulertu behar dute: tomate bakoitzak nekazaritza- eta elikadura-eredu bat ordezkatzeko du. Eredu horiek aurkakoak dira baina «zuri-beltz» horretan, gris eskala zabala dago. Zaporeaz eta hazkuntzan erabilitako kimikoez gain, beste alderdi hauek ere argi geratu behar dira: K-44ren garraiatzea eta eredu horrek sortzen duen CO² kopurua eta tomate bietako bakoitzaren helmuga: Maurizio pisto bat egiteko -betiko errezeta- eta K-44 Ketchupa egiteko -produktu prozesatua-*

Halaber, tomate bakoitza erosteko tokia ere aipatzea komeni da eta, boterea esku gutxitan metatzen duten azalera handien aurrean, auzoko dendak duen garrantzia lantzea, baita nekazariei zuzenean erosteko aukera ere, amaierako prezioaren zati handi bat bereganatzen duten bitartekariak saihestuz.

***Hona hemen produktu prozesatuei buruzko zenbait datu interesgarri:**

- ezkutuan duten gatz, koipe eta azukre kopurua. Adibidez, 100 gramo ketchupean 22,8 gramo azukre dugu -7 koilaratxo, gutxi gorabehera-./
- Elikagai prozesatuek gaur egun nagusi den elikadura osasungaitzaren arduradunak dira; izan ere, elikaduran gastatzen dugun %70 elikagai prozesatuetan gastatzen dugu eta elikagai freskoetan, ordea, %30 bakarrik.

(Datu horiek Bidezko Elikadura erakundearen «25 gramos» eta «Dame veneno» kanpainetatik hartu ditugu).

04

BIGARREN SAIOA

2 ORDU

Zer dago janari lasterreko jatetxeen atzean?

HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK	JARDUERAK
<input checked="" type="checkbox"/> Elikadura industrialaren gizarte-, ingurumen- eta osasun-ondorioak ezagutzea.	Nekazaritza- eta elikadura-multinazional baten ekoizpen-katearen maila desberdinak. Eredu agroindustrial eta bere ondorioak.	2.1. Bideo-jokoa: «McDonalds Game». 2.2. Hanburgesaren beste prezioa.

AGERTOKI DIDAKTIKOA: Informatika-gela (Internet konexioarekin).

IKASTETXEAREN BALIABIDEAK: Ordenagailu bat bi ikasleko.

BALIABIDEAK: Pendrive/CD bat, bideo-jokoa duena -bada ezpada Internet konexioa ez balebil-.

2.1. JARDUERA. Bideo-jokoa: «McDonalds Game»¹

60 min

Taldekatzea: Binaka. Amaierako hausnarketa: talde osoa.

Garapena:

1. Ikasleak binaka jarriko dira ordenagailuekin. Ordenagailuak piztu aurretik, dinamizatzailleak honako hau azalduko du: ikasleak McDonalds bezalako multinazional handi bateko gerente bilakatuko dira. Dinamizatzailleak enpresa horren hanburgesaren prezioa galdetuko die eta prezioa arbelean idatziko du.

Gerenteak multinazional horren katearen maila guztiak kontrolatu beharko ditu, ekoizpenetik kontsumora, hanburgesa prezio horretan saldu eta enpresaren irabaziak maximizatu ahal izateko.

2. Bikoteek jokoa zabalduko dute (<http://www.mcvideogame.com>), eta dinamizatzailleak, TUTORIALA erabiliz, jokoa nola garatuko den azalduko die. Bereziko azpimarratuko du nekazaritza faseko sojaren ekoizpena eta horrek haragiaren kontsumoarekin duen harremana.

Saio hasieratik 30 minutuz jokatzen utziko diegu. Tarte horretan enpresak porrot egiten badu berriro hasten utziko diegu.

3. Hausnarketa kolektiboa. Behin jokoa itxita eta ordenagailuak itzalita dinamizatzailleak, galderak eginez, hausnarketa bideratuko du.

Hausnarketarako galderak:

- ? Jolasa ulertu duzue? – Azaldu ezazue.
- ? Zer egiten du nekazaritza fasean? Ikusi duzue lurak kentzeko edo deforestatzeko erraztasuna?
- ? Eta abeltzaintza fasean (loditegia/hiltegia)?
- ? Eta jatetxean? Eroso ematen dute langileek? Zergatik?
- ? Eta bulegoetan? Pertsonen osasunaz arduratzen dira?
- ? Zenbat emakume daude zuzendaritza postuetan? Zergatik izango ote da hori?
- ? Zuen ustez, bideo-jokoa bat al dator errealitatearen alderdi batzuekin? Zeintzuekin?

¹ Jolasak Firefox bilatzailearekin bakarrik funtzionatzen du.



- Datu garrantzitsua: FAOren arabera, nekazaritza komertzialak Latinoamerikako deforestazioaren %70ren erantzulea izan zen 2000 eta 2010 artean.
- Jaten dugun haragi kantitateari buruz hausnartzea. Haragi guzti hori jan ahal izateko animaliak modu intentsiboan hazi behar dituzte, horrek animalien ongizatean eta ingurumenean (berotegi efektuko gasak isurtzea, zoruaren eta uraren propietateak aldatzea, etab.) dituen ondorioekin.

Datu garrantzitsuak: SOCLaren (Latinoamerikako Agroekologia Elkarte Zientifikoa) arabera, nekazaritza industrialak klima aldaketa laguntzen du, berotegi efektuko gasen %25-30 ingururekin/ Azterna hidrikoa: Hanburgesa bat ekoizteko 2400 litro ur behar dira batez beste. Animalia jatorriko elikagaiek, oro har, landare jatorrikoak baino aztarna hidriko handiagoa dute. Halaber, aztarna hidrikoa handiagoa da ekoizpen industrialetan. Ikus Bidezko Elikadurak egindako ikerketa.

- Datu garrantzitsua: Espainian, urtean, 80.000 pertsona hiltzen dira elikadura osasungaitzari lotutako gaixotasunen ondorioz (Bidezko Elikaduraren kanpaina).
- 2016. urtean, Espainiako enpresen zuzendaritza postuetako %26 besterik ez zeuden emakumeen eskuetan. (Iturria: Grant Thornton-en Women in business 2016 nazioarteko ikerketa). Era berean, chef ospetsuenak gizonak izateari buruz ere hausnar dezakete.

2.2. JARDUERA. Hanburgésaren beste prezioa

60 min

Taldekatzea: Talde osoa.

Garapena:

1. Hasieran aipatutako hanburgésaren prezioari arretaz begiratzea eskatuko diegu. Zuen ustez, ingurumenak eta pertsonak ordaindu behar duen prezioa handiagoa ala txikiagoa da? Galdera irekia da. Erantzuna jakiteko taula bat egingo dute, honen modukoa (taula arbelean marraz daitezke):

Hanburgésaren prezioa eurotan	Pertsonentzako prezioa	Ingurumen-prezioa
Saio hasieran emandako prezioa idatziko dute.		

2. Taula betetzeko bi boluntario beharko ditugu. Bata pertsonentzako -nekazarietzako eta kontsumitzaileen osasunerako- prezioaz arduratuko da eta bestea ingurumen-prezioaz. Helburua izan daitezkeen ondorioen zerrenda bat egitea da. Horretarako, galdera hauek erabil daitezke, aurreko jardueran sortutako hausnarketak baliatuz:

? Zeintzuk dira ekoizpen-kate mota hauen jardueraren ondorioak?

? Zer nolako eragina du ingurumenean? Eta nekazariengan? Eta kontsumitzaileen osasunean?

3. Behin taula beteta, emaitzei buruz hausnartuko dugu.

4. Azkenik, saioa amaitzeko bi galdera hauek egingo ditugu;

? Zer maiztasunez joaten zarete horrelako jatetxeetara?

? Ezagutzen al dituzue jatetxe etikoagoak eta osasungarriagoak?

05

HIRUGARREN SAIOA

1 ORDU ETA 45 MIN

Alternatibak sortuz

HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK	JARDUERAK
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Modu arduratsuan kozinatzeko beraien praktika profesionalean martxan jarri ditzaketen alternatibak sortzea eta partekatzea. <input checked="" type="checkbox"/> Elikagaiak kontsumitzeko sasoiak ezagutzea. <input checked="" type="checkbox"/> Sasoiako elikagaien kontsumoa sukaldaritza jasangarriago baterako tresnatzat hartzea. 	<p>Modu arduratsuan kozinatzeko alternatibak.</p> <p>Sasoiko elikagaiak.</p>	<p>3.1. Nola izan arduratsuagoa sukaldean?</p> <p>3.2. Sasoiako horma-irudia.</p>

AGERTOKI DIDAKTIKOA: Gela arrunta.

IKASTETXEAREN BALIABIDEAK: Bat ere ez.

BALIABIDEAK: Paper zati handi bat/ 1. eranskinaren 6 kopia.
Elikagaiak alde zuzenetik ebaki behar dira eta elikagai «sorta» bakoitza gutun-azal batean sartuko da.

3.1. JARDUERA. Nola izan arduratsuagoa sukaldean?

45 min

Taldekatzea: Bikoteka eta talde osoa.

Garapena:

Jardueraren izenak duen galdera erabiliz ikasleek sukaldaritza bidezkoagoa, jasangarriagoa eta osasungarriagoa lortzeko ekintzak pentsatuko dituzte.

1. Hasteko, guztion parte-hartzeaz, aurreko saioetan egindakoaren errebasoa egingo dugu. Gero, aipatutako galdera egingo diegu. Horri erantzuteko, lehenik, kidearekin zerrrenda bat egitea eskatuko diegu gero guztion artean partekatzeke.
2. Ondoren, jardueraren izena idatzita duen papelografo batean, boluntario batek aipatzen diren ekintza guztiak idatziko ditu. Papelografoa gelan geratuko da, horrek hurrengo saiorako erabilgarria den informazioa baitu.



Hona hemen ekintza adibide batzuk: bertako² eta sasoiko elikagai ekologikoak eta freskoak erabiltzea; elikagai prozesatuak saihestea; elikagai hondakinak murrizten saiatzea; denda txikietan erostea; haragi kontsumoa murriztea, etab. Aukera desberdinen zergatia argitzea garrantzitsua da. Honelako galderak erabil ditzakegu: «Zergatik al da hobe elikagai freskoak erabiltzea? Zer arazo dute elikagai prozesatuek?»

Ekintza horiez gain, dinamizatzaileak ingurumena zaintzeko sukaldean egin daitezkeen ekintza zehatzak pentsatzea eskatuko die, adibidez: energia edo ura aurrezteko mekanismoak -txorrita zabalik ez uztea; burdinazko, zeramikazko edo kristalezko tresnak erabiltzea, beroa hobeto mantentzeko-/ hondakinak murrizteko mekanismoak -osagaiak plastikozko ontzietan ez etortzea, birziklatzea-

Produktu horiei dagokienez, kilometro askoko produktuak zer diren hausnartuko dugu, hau da, gurera heltzeko CO2 asko kontsumitzen duten produktuak (batez beste, gure elikagaiak 5000 km garraiatzen dira). Gainera, lan-esplotazioko egoeretan ekoizten dira; maiz, nekazari familiei beren lurra kentzen zaizkie elikagai horiek produzitu ahal izateko, bideo-jokoan ikusten den bezala. Beraz, horiek hartzekotan bidezko merkataritzako zigorria duten horiek aukeratzea komeni da (dinamizatzaileak produkturen bat eramango du zigorria nolako den ikus dezaten. Produktuak zigorria ekologia izatea ere komeni da, hori ere ikus dezaten).

Orokorrean, honako hau azpimarratu behar dugu: aukera horiek idealak dira baina beti ez da posible osagai guztiak horrelakoak izatea. Hala, 0Km-ko jatetxeen adibidea jar dezakegu; horietan, gutxienez, osagaien %40k tokikoak izan behar dute (100km baino gutxiagora produzituak).

Hurrengo jarduerarekin lotzeko asmoz, sasoiko elikagaien gaia sortzea komeni da. Berez sortzen ez bada, dinamizatzaileak hori azalduko du.

² Bertako elikagaiez ari garenean, gure herrialdean hazten ez diren elikagaien gaia eztabaidan sartzeko lagunduko dugu. Berez sortzen ez bada galdera honen bitartez eragingo dugu: Gure herrian ez ditugu zenbait elikagai, esate baterako, kakaoa, kafea edo anana. Zer egin dezakegu kasu horietan? Produktu alternatiboak erabiltzea proposatzen da, aukera bezala; adibidez, kakaoaren ordez, algarrobo-leka.

3.2. JARDUERA. Sasoiko horma-irudia

60 min

Taldekatzea: Taldeka. Amaierako hausnarketa: talde osoa.

Garapena:

Sasoiko elikagaiak zeintzuk diren galdetuko diegu ikasleei. Hori dakiten frogatzeko honako jarduera hau egingo dugu:

Ikasleak 4-5 pertsonaz osatutako taldeetan banatuko ditugu. Talde bakoitzari sasoiaren koadroa emango zaio (1. eranskina), barra-kola bat, elikagai desberdinen argazkiak/marrakziak dituen gutun-azal bat (1. eranskinean daude, dinamizatzaileak horiek moztuta eramango ditu eta «sorta» bakoitza gutun-azal batean sartuko du).

Elikagai bakoitza bere sasoiaren kokatzea eskatuko diegu. Amaitutakoan, emaitza ebaluatuko dugu. Erantzun zuzen gehien eman dituen taldeak irabaziko du. Ebaluatzeko, talde desberdinek kartelak trukatzeko dituzte eta emaitza zuzenak dituen kartel bat emango zaie (2. eranskina). Hala, ikasleek berek zuzenduko dituzte gelakideen erantzunak.

Jarduera amaitutakoan hausnarketa kolektiboa egingo dugu.

Hausnarketarako galderak:

- ? Zenbat oker izan dituzue?
- ? Zergatik batzuetan ez dakigu zein den elikagaien sasoi?
- ? Zer nolako abantailak dituzte sasoiaren elikagaiak?
- ? Zer egin dezakegu elikagai horiek beste sasoi batzuetan izateko, ingurumena kaltetu gabe? Kontserbak eskaintzen dituzten aukerak aipatzeko ditugu eta, tradizionalki, emakumeek familia elikatzearen kontserbak egin dituztela azalduko dugu.

06

LAUGARREN SAIOA

60 min

Sukaldaritza iraunkorra: errealitate bat

HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK	JARDUERAK
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Ikasitakoa aplikatzea. <input checked="" type="checkbox"/> Sukaldaritza «iraunkorra» aukera profesionaltzat hartzea. 	<p>Errezeta bat «bidezkoa eta jasangarria» izateko irizpideak.</p> <p>Elikadura burujabetzaren printzipioen arabera lan egiten duten jatetxeak.</p>	<p>4.1. Role playing. <i>Chef jasangarria.</i></p>

AGERTOKI DIDAKTIKOA: Gela arrunta.

IKASTETXEAREN BALIABIDEAK: Proiekzio-ekipamendua: Proiektorea/PCa.

BALIABIDEAK: Kartoi meheak, errotuladoreak.

4.1. JARDUERA. Role playing. Chef jasangarria

60 min

Taldekatzea: Taldeka.

Garapena:

1. Slow-food jatetxeak zer diren azalduko diegu ikasleei eta horiek saioetan landutako printzipioen arabera lan egiten dutela azpimarratuko dugu. Slow-food mugimendua ez ezik, tokian Elikadura Burujabetzaren printzipioen arabera lan egiten duten beste plataforma/elkarte batzuk ere aipa ditzakegu. Hala, sukaldean arduratsua izatekoa ekintza zehatzak gogoraraziko dizkiegu.
2. Ondoren, honako istorio hau kontatuko diegu:

Michelin izar bat duen slow-food jatetxe baten jabeek sukaldari-taldea kontratatuko du. (Irakasleek jabeen papera egingo dute eta ikasleek sukaldariena). Aukeraketa-prozesuaren azken fasean gaude. Pertsona asko prozesutik kanpo geratu dira eta ikasleak aukeraketa-prozesuaren finalistak dira. Guztiek frogatu dute ondo baino hobeto moldatzen direla sukaldean. Azken proba honetan, horrez gain, beraien platerak jasangarriak direla frogatu beharko dute. Beraz, talde bakoitzak bere errezeta «defendatu» behako du, jasangarritasunaren eta justiziaren ikuspegitik, errezetarik onena dela argudiatuz.

3. Ikasleak «sukaldari-taldeetan» banatuko dira (5-6 pertsona talde bakoitzeko). Taldeek nahi dituzten baliabideak erabili ahal izango dituzte beraien aurkezpenean (kartelak, power point aurkezpenak, etab.) eta benetako sukaldariena egingo dute. Aurkezpenaren edukia lantzeko 3.1. jardueran agertutako elementuak kontuan hartu beharko dituzte. Aurkezpena prestatzeko behar duten denbora utziko diegu.
4. Ondoren, talde bakoitzak bere errezeta aurkeztuko du. Irakasleek -jattetxearen jabeek- galderak egin ahal izango dituzte eta, azkenik, talde irabazlea aukeratuko dute.
5. Saioa amaitzeko, jarraipen-saioa nolakoa izango den azalduko diegu. Nekazaritzako ikasleekin izango duten topaketarako errezeta jasangarriak sortu beharko dituzte. Horietan, osagaiak eta prozesua ondo azaldu beharko dute, baita hori zergatik den jasangarria ere, saio honetan egin duten bezalaxe. Gainera, topaketara bertaratutako guztiei egin ditugun jarduerak azaldu beharko dizkiete, zer ikasi duten eta zeintzuk izan diren atentzioa eman dieten gauzak.

07

JARRAIPEN-SAIOA

60 min

Teoriatik praktikara: Gastronomía erakusketa jasangarria

HELBURU DIDAKTIKOAK	EDUKIAK	JARDUERAK
<ul style="list-style-type: none"> ☑ Ikasitakoa aplikatzea. ☑ Mundu bidezkoago eta iraunkorrago bat sortzen laguntzeko benetako alternatibak daudela praktikan erakustea. 	<p>Errezeta jasangarriak eta osasungarriak.</p> <p>Beste espezialitate batzuetako kideak ezagutzea eta horiekiko kohesioa.</p>	<p>5.1. Errezeta jasangarriak diseinatzea eta prestatzea.</p>

AGERTOKI DIDAKTIKOA: Irakasleak nahi duena.

IKASTETXEAREN BALIABIDEAK: Irakasleak nahi duena.

BALIABIDEAK: Topaketan egingo den erakusketa gastronomikorako: lehengai ekologikoak/sukaldeko tresnak.

5.1. JARDUERA. Errezeta jasangarriak diseinatzea eta prestatzea

Iraupena:
Irakasleak nahi duena

Taldekatzea: Irakasleak nahi duena.

Garapena:

Nekazaritzako hezkuntza-zikloko ikasleekiko topaketan, ostalaritzako ikasleek Elikadura Burujabetzaren printzipioen arabeko gastronomia-erakusketa egingo dute. Horretarako, aldez aurretik, errezeta jasangarriak eta osasungarriak diseinatu beharko dituzte. Errezeta horiek honako puntu hauek izan beharko dituzte, gutxienez:

- Osagaiak (X pertsonarentzat)
- Sarrera
- Prestaketa
- Errezeta hori zergatik den jasangarria eta osasungarria azaltzea. Horretarako honako item hauek kontuan har ditzakete:
 - **Lehengaien jatorria.** Zenbat kilometro egin dituzte landatik gure mahaira. Zenbat eta km gutxiago, hobeto. Elikagaiak ez badira hemen ekoizten eta atzerritik badatoz, Bidezko Merkataritzakoak diren aipatu.
 - **Lehengaiak non erosi dira.** Ekoizleari zuzenean erosi dizkiogun edo zer denda motan erosi diren azaldu. Kasu honetan, denda txikia bada, hobeto.
 - **Elikagaien sasoia.** Errezetaren sasoia aipatu. Beste sasoi bateko elikagaien kontserbak erabiltzen baditugu, aipatu.
 - **Elikagai freskoak erabiltzea.** Zenbat eta elikagai fresko gehiago eta prozesatu gutxiago, hobeto.
 - **Elikagaien ekoizpena.** Zenbat eta ekologikoago, hobeto.
 - **Nutrizio-profilak.** Errezetak ezin du azukre, gatz edo gantz ase gehiegi izan.
 - **Energiaren erabilera efizientea.** Energia aurrezteko mekanismoak azaldu. Adibidez, energia gutxi kontsumitzen duten etxetresnak erabiliz, beroa mantentzen duten materialezko tresnak erabiliz.
 - **Uraren erabilera efizientea.** Ura aurrezteko mekanismoak azaldu. Adibidez, ura berrerabiltzea, txorrota zabalik ez uztea...
 - **Hondakinak murriztea.** Hondakinak murrizteko mekanismoak azaldu; adibidez, plastikoa saihestea. Eta soberakinak murrizteko mekanismoak ere; adibidez, beste plater bat prestatzeko erabiltzea.

Errezetak prestatzeaz gain, ikasleek topaketan egingo duten aurkezpena prestatu beharko dute. Horretan, honako hau egin beharko dute:

- Ikasitakoa nekazaritzako ikasleei kontatu eta egindako jarduerak laburbildu: gelako saioak, showcookinga eta bisita; atenzioa eman diena azpimarratuz.
- Diseinatutako platerak aurkeztu, kontuan hartutako irizpideak azalduz, 4. saioan egin zuten bezala.

08

EBALUAZIO PROPOSAMENAK

Ebaluazio proposamen hau, ezagutzak -kognitiboak, emozionalak, prozedurazkoak- ulertzea/eskuratzea/barneratzea baloratzeaz gain, subjektu kritiko eraldatzaileak sortzen laguntzen duten gaitasunak garatzera bideratzen da: erantzukizuna, kontzientzia kritikoa eta ekitatearekiko eta gizarte-justiziarekiko konpromisoa.

Hala, 2 errubrika hauek proposatzen ditugu, gida hau aplikatzean sortzen den ikasketa-prozesuaren dimentsio desberdinak ebaluatzeko:

- Genero-behaketari buruzko errubrika. Jantz itzan/k betaurreko lilak.
- Ikasleen talde-lanari buruzko ebaluazio-errubrika.

Ikasleek hasieratik errubrika horiek kontuan har ditzaten komeni da.

GENERO BEHAKETARI BURUZKO ERRUBRIKA

	BIKAIN	OSO ONGI	NAHIKO	GUTXI
	GENERO-EKITATEA ETA BIZIKIDETZA ONA	HARREMAN EKITATIBOAK IZATEKO AHALMEN HANDIA	GENEROAREN ERAGINA IZAN DEZAKETEN TENTSIOAK GÉNERO	GENERO- DESBERDINTASUNA
Nola sortu dira taldeak? Talde bereziak ala mistoak sortzeko joera dute?	Talde orekatuak sortzen dituzte.	Talde gehienak mistoak dira.	Orokorrean bereziak, batzuk mistoak.	Eratub bereziak.
Nola banatzen dira rolak taldeen barruan? Arreta berezia eskainiko diogu honi:	Rolak txandakatzen dira pertsona guztiek gaitasun desberdinak landu ditzaten (lidergoa, ordezkari-tza, komunikazioa...).	Talde gehienetan eginkizunak eta rolak ekitativoki banatu dira, baina ez guztietan.	Talde gehienetan banaketak generoko joera du.	Neskek laguntza eta bitartekari-tza rolak hartzten dituzte, lidergoa edo ordezkari-tza baino gehiago.
Taldeetako zenbat bozeramaile dira neskak?	%60 baino gehiago.	%60 inguru.	%30 inguru.	Bat ere ez.
Lantaldeetan garrantzi bera ematen zaie nesken eta mutilen behar eta interesei?	Nesken eta mutilen beharrak eta interesak entzuten, baloratzen eta aintzat hartzen dira, garatzen ari den lanarekin duten koherentiaren arabera eta inolako desberdintasunik gabe generoari dagokionez.	Nesken eta mutilen beharrei eta interesei, ustez, kasu bera egiten zaie, baina amaierako lanetan mutilen iritziek presentzia handiagoa dute. Beraz, inplizituki, nesken ekarpenak ez dira berdin baloratzen.	Nesken behar eta interesei, ustez kasu egiten zaie, baina oso presentzia gutxi dute amaierako lanean.	Nesken beharrak eta interesak bigarren maila batean geratzen dira, beraien ekarpenak gutxiesten dituzte edo ez zaizkie behar adina garrantzia ematen talde- lanaren garapenean.
Hitza kentzen diote elkarri hitz egiterakoan?	Hitza errespetatzen dute eta besteei entzuten diote.	la ez diote hitza elkarri kendu eta hori gertatu denean ez da generoko arrazoiengatik izan.	Batzuetan hitza kendu diote elkarri eta batez ere neskei kendu diete.	Etengabe kendu diote hitza elkarri eta batez ere neskei.



- Zaintza-ikuspegia
- Hizkuntza inklusiboa, ez sexista
- Nesken ahalduntzea
- Ezagutza ez androzentrikoa
- Eskubideak ezagutzea eta erabiltzea
- Botere-harreman ez autoritarioak (boterea noren gainean), lidergo partekatua (boterea norekin)

	BIKAIN	OSO ONGI	NAHIKO	GUTXI
Gertatu izan al da genero arrazoiengatik gatazkarik edo tentsiorik?	<p>Genero-ekitate eta bizikidetzaren onak</p> <p>Taldeak harmonia ona du eta genero arrazoiengatik sor daitezkeen gatazkak erregulatze aldera modu positiboan esku hartzeko gaitasuna garatu du.</p>	<p>Harreman ekitatiboak izateko ahalmen handia</p> <p>La ez da tentsiorik egon eta taldeak normaltasunez konpondu ditu izan direnak.</p>	<p>Generoaren eragina izan dezaketententsioak genero</p> <p>Tentsioak izan dira zentzu horretan, baina puntualak izan dira edo ez da argi identifikatzen generoarekin lotuta dauden.</p>	<p>Genero-desberdintasuna</p> <p>Errespetu faltak, gutxiespenak eta diskriminazioak eman dira nesken edo beste edozein pertsonaren aurka, itxurari edo generoko estereotipoei lotuta («maritxu», «mari-mutil», lodia edo argalazitea», etab.).</p>
Edukiak genero-ikuspegiz landu dituzte?	<p>Emakumeek elikaduran duten rola (lan produktiboa, erreproduktiboa, zaintzako eta komunitarioa) bistaratu eta informazio-iturriak erabili beharraz jabetzen dira.</p> <p>Elikadura-ereduen egokitasuna baloratzean horietako bakoitzak emakumeengan duen eragina (positiboa/negatiboa) kontuan hartu dute, baita gizonen eta emakumeen artean ekitatea sustatzeko duten ahalmena ere.</p>	<p>La beti jabetu dira emakumeek elikaduran duten rola (lan produktiboa, erreproduktiboa, zaintzako eta komunitarioa) bistaratu eta informazio-iturriak erabili beharraz.</p> <p>Elikadura-ereduen egokitasuna baloratzean horietako bakoitzak emakumeengan duen eragina (positiboa/negatiboa) kontuan hartu dute.</p>	<p>Zenbait kasutan jabetu dira emakumeek elikaduran duten rola (lan produktiboa, erreproduktiboa, zaintzako eta komunitarioa) bistaratu eta informazio-iturriak erabili beharraz.</p> <p>Batzuetan, elikadura-eredu bakoitzak emakumeengan duen eragina (positiboa/negatiboa) kontuan hartu dute.</p>	<p>Ez dira ia inoiz jabetzen emakumeek elikaduran duten rola (lan produktiboa, erreproduktiboa, zaintzako eta komunitarioa) bistaratu eta informazio-iturriak erabili beharraz.</p> <p>Ez dira elikadura-eredu bakoitzak emakumeengan duen eragina (positiboa/negatiboa) seinaltatzeko gai.</p>

TALDE-LANARI BURUZKO EBALUAZIO-ERRUBRIKA

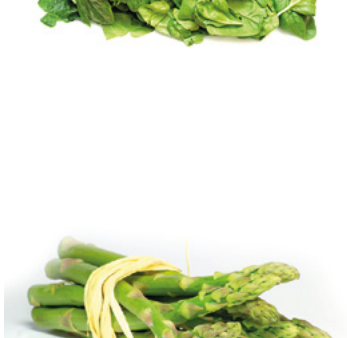
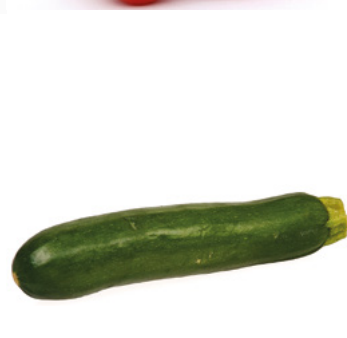
	OSO GAI	GAI	HOBE DEZAKE	EZGAI
Talde-lanagatikogobetetzea	Gogobetetze-maila altua adierazi du taldean lan egin ahal izateagatik.	Talde-lanean eroso sentitu da eta elkarlanean parte hartu ahal izan du.	Gogo handirik gabe baina modu egokian parte hartu du elkarlanean.	Ez da eroso sentitu taldean lan egiten.
Talde-lanak egitea	Jarrera positiboa eta proaktiboa izan du, taldeari bere gaitasuna eskainiz eta taldekideengandik ikasiz. Lan-giro egokia sortzen lagundu du eta taldekideen kritikak eta gomendioak onartu ditu.	Jarrera aktiboa izan du eta egokitu zaizkion lanetaz arduratu da. Lan-giro egokia sortzen lagundu ohi du eta taldekideen kritika eta gomendio gehienak onartu ditu.	Bere eginkizunak bete ditu, gutxieneko lana eginez baina gehiago inplikatu gabe. Ez du lan-giro egokia sortzen lagundu eta, orokorrean, ez ditu taldekideen kritikak eta gomendioak onartu.	Ez ditu beti egokitutako lanak egin, ez denboraren eta ez formaren aldetik. Lan-giro txarra sortzen du; taldekideei kritikak egiten dizkie baina ez ditu beraien kritikak onartzen.
Banakako erantzukizuna	Egokitutako eginkizun guztiak bete ditu. Oso ondo antolatzen ditu lanak eta modu eraginkorrean kudeatzen du denbora.	Eginkizun gehienak bete ditu. Ondo antolatzen ditu lanak eta horiek egiteko denbora.	Proposatutako jardueretako batzuk besterik ez ditu egin. Lan-planifikazioa eta denboraren kudeaketa hobe ditzake.	Ez du jarduerarik egiten. Lan-planifikazioa kaotikoa da eta aurreikusitako denborak ez dira nahikoak.

	OSO GAI	GAI	HOBE DEZAKE	EZGAI
Jardueren aurkezpena	<p>Aurkeztutako jarduerak bikainak izan dira eta edukiak -genero-ikuspegia txertatzen dutenak -diziplinar-teko ikuspegi batetik lantzen ditu.</p> <p>Oso modu zehaztean arazoitzen du eredu agroindustrialaren aurrean elikadura burujabetza babestera daraman logika.</p>	<p>Aurkeztutako jarduerak oso onak izan dira eta edukiak diziplinar-teko ikuspegi batetik lantzen ditu; genero-ikuspegia atal batuetan besterik ez du erabiltzen.</p> <p>Elikadura burujabetza babesteko argudio nahiko ematen ditu.</p>	<p>Aurkeztutako jarduerak egokiak izan dira eta edukiek ez dute diziplinen araberako ikuspegitik; genero-ikuspegia atal bakar batean lantzen da.</p> <p>Elikadura burujabetza babesteko arazoari batzuk ematen ditu.</p>	<p>Aurkeztutako jarduerak nahasiak dira eta egitura eskasa.</p> <p>Elikadura-ereduen deskribapenean okerrak daude</p>
Parte-hartzea	<p>Landutako gaien inguruan interes handia adierazten du, galdera egokiak egiten ditu, bere iritzia eta hausnarketak partekatzen ditu, gelako eztabaidetan gogoz parte hartzen du, adi dago, eta gelakideen argudioetara irekita dago.</p>	<p>Landutako gaien inguruan interesa adierazten du, bere iritzia eta hausnarketak partekatzen ditu, gelako eztabaidetan gogoz parte hartzen du.</p>	<p>Landutako gaien inguruan nolabaiteko interesa adierazten du, gelako eztabaidetan parte hartzen du bere iritzia edo hausnarketak eskatzen zaizkionean bakarrik.</p>	<p>Oso interes gutxi adierazten du landutako gaien inguruan, bere iritzia eta hausnarketak zailtasunez adierazten ditu eta ezinbestekoa denean bakarrik parte hartzen du gelako eztabaidetan.</p>

	OSO GAI	GAI	HOBE DEZAKE	EZGAI
<p>Jarrera eta balioak</p>	<p>Kritikoagoa da jaso duen informazioari esker. Elikaduraren problematika lantzeko ikuspegi desberdinak baloratzen ditu eta tokiko-global dimentsioa kontuan hartzen du. Kontsumo-ohituren eta gaur egungo osasun-, ingurumen-, ekonomia- eta gizarte-arazoan arteko harremanaz jabetzen da. Elikadura aldatzeko eta ohitura osasungarriagoak eta kontsumo arduratsuagoa izateko gogoia adierazten du. Solidarioa eta enpatikoa da gertuko zein urruneko errealitate eta pertsonekin, baita planetaren kontserbazioarekin ere, kontsumoaren eta ingurumen- eta gizarte-ondorioen arteko lotura ulertzen baitu.</p>	<p>Gero eta kritikoagoa da jaso duen informazioari esker. Aurkeztutako arazoa tokiko-global ikuspegi batean oinarrituz baloratzen du. Gero eta gehiago, kontsumo-ohituren eta gaur egungo osasun-, ingurumen-, ekonomia- eta gizarte-arazoan arteko harremanaz jabetzen da. Elikadura osasungarriagoa eta kontsumo arduratsuagoa izatearren, zenbait aldaketa egiteko gogoia adierazten du. Solidarioa eta enpatikoa da gertuko errealitateekin eta planetaren kontserbazioarekin.</p>	<p>Espiritu kritiko gutxi du, daukan informazioa errepikatzeke joera du. Aurkeztutako arazoa bere egunerokoarekin lotutako alderdien arabera bakarrik lantzen du. Kontsumo-ohituren eta gaur egungo osasun-, ingurumen-, ekonomia- eta gizarte-arazoan arteko harremanaz jabetzeko zailtasunak ditu. Elikaduran zenbait aldaketa egiteko prest dago orain arte izandako eredu osasungaitzari eta eutsiezinari uko egin behar ez badio. Ez da oso solidarioa eta enpatikoa aurkeztutako gizarte- eta ingurumen-arazoekin.</p>	<p>Informazio kritikoki aztertzeke zailtasunak ditu. Elikadura arloko arazoan irakurketa partzialak edo loturarik gabekoak egiten ditu. Ez da kontsumo-ohituren eta gaur egungo osasun-, ingurumen-, ekonomia- eta gizarte-arazoan arteko harremanaz jabetzeko gai. Ez dago elikadura osasungarriagoa eta kontsumo arduratsuagoa izateko aldaketarik egiteko prest. Ez da batere solidarioa, ez pertsona txirokekin, ez planetarekin, eta gainera zoritxarreko eta errespeturik gabeko komentarioak egiten ditu.</p>

ERANSKINA









UDABERRIA

UDA

UDAZKENA

NEGUA

URTE OSOA

UDABERRIA



UDA

UDAZKENA



NEGUA



URTE OSOA

Alimentación Bidezko Elikaduraren eta Hegoa institutuaren hezkuntza proposamen bat da. Horren bitartez, Elikadura Burujabetzaren printzipioetan oinarritutako elikadura eredu alternatibo bat sustatu nahi dugu. Hala, ikastetxea elikadura onarekin eta bizitzaren iraunkortasunarekin konprometitutako instituzio bat bihurtzen da.

Alimentaciónetik irakasleak eta ikasleak laguntzen ditugu, hauen bitartez: prestakuntzak, tailerrak, baliabide didaktikoak, etab. Baliabide horiek erabiliz, hezkuntza komunitatea gure elikadura ereduak gizartean, ekonomian eta ingurumenean dituen ondorioen (ekoizpena, banaketa, merkaturatzea eta kontsumoa) inguruan kontzientziatu nahi ditugu. Gizarte-hezkuntza ekimen horrek elikaduraren gaia ikuspegi global batetik lantzen du, genero eta iraunkortasun ikuspegietan oinarrituz. **Alimentación** programak Nazioarteko Lankidetzarako Espainiako Agentziaren (AECID) laguntza du.



