



# Mengem el que sabem!

Una proposta per integrar hort,  
menjador i aula a l'escola i  
amb l'entorn

Exemplificació curricular.  
5è i 6è de Primària

## MENGEM EL QUE SABEM!

UNA PROPOSTA PER INTEGRAR HORT, MENJADOR  
I AULA A L'ESCOLA I AMB L'ENTORN

Exemplificació curricular. 5è i 6è de Primària

### Editen:



Carrer Floridablanca, 66-72, local 5  
08015 Barcelona  
Tel. • 93 423 70 31 • Fax 93 423 18 95  
[educacio.cat@vsf.org.es](mailto:educacio.cat@vsf.org.es)  
[justiciaalimentaria.org](http://justiciaalimentaria.org) • [www.alimentaccion.net](http://www.alimentaccion.net)

**Autora:** Gema Celorio Díaz  
**Revisió:** Patricia Gómez Ruiz i  
Amaia del Río Martínez

### Financia:



Zubiria Etxea, UPV/EHU  
Avda. Lehendakari Agirre, 81 • 48015 Bilbao  
Tel. 94 601 70 91 • Fax: 94 601 70 40  
[hegoa@ehu.eus](mailto:hegoa@ehu.eus)

Biblioteca del Campus de Álava, UPV/EHU  
Nieves Cano, 33 • 01006 Vitoria-Gasteiz  
Tel. • Fax: 945 01 42 87  
[gema\\_celorio@ehu.eus](mailto:gema_celorio@ehu.eus)  
[www.hegoa.ehu.es](http://www.hegoa.ehu.es)

**Disseny i maquetació:** Laura Fernández Blanco  
**Imprimeix:** Gráficas Uncilla  
**ISBN:** 978-84-16257-47-8  
**Dipòsit legal:** BI-02423-2019

Aquesta publicació s'ha fet amb el suport financer de l'Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID). El contingut d'aquesta publicació és responsabilitat exclusiva d'Hegoa i VSF-Justicia Alimentària, i no reflecteix necessàriament l'opinió de l'AECID.

**Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 Espanya**  
Aquest document està sota una llicència de Creative Commons. Es permet lliurement copiar, distribuir i comunicar públicament aquesta obra sempre que se'n reconegui l'autoria i no es faci servir per a fins comercials. No es pot alterar, transformar o generar una obra derivada a partir d'aquesta obra. Llicència completa:<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Si vols imprimir algun apartat d'aquesta publicació tens el PDF disponible a:  
<https://www.alimentaccion.net/es/recursos/mengem-el-que-sabem-una-proposta-integrar-hort-menjador-i-aula-l-escola-i-amb-l-entorn>



# Mengem el que sabem!

Una proposta per integrar hort,  
menjador i aula a l'escola i  
amb l'entorn

Exemplificació curricular.  
5è i 6è de Primària

# ÍNDEX

<b>Índex de quadres</b> .....	6
<b>Índex de figures</b> .....	7
<b>Presentació</b> .....	8
<b>Introducció</b> .....	10
<b>Objectiu general</b> .....	11
<b>Concreció curricular</b> .....	12
Competències/elements transversals.....	14
Competències clau/disciplinàries.....	15
Objectius d'etapa per comunitats. Correspondència amb la selecció de continguts per àrea i criteris d'avaluació.....	18
Euskadi.....	18
Illes Balears.....	20
Catalunya.....	22
País Valencià.....	24
<b>Propuesta temàtica</b> .....	26
Hort. Aprenem sobre la producció d'aliments.....	26
Menjador. Aprenem sobre la transformació i el consum d'aliments.....	27
Aula. Integrem el que s'ha après per comprendre els sistemes alimentaris.....	28
Entorn/context local.....	29
<b>Metodologia</b> .....	31
<b>Desenvolupament de la proposta</b> .....	35
Fase 1. Motivació.....	35
Acord inicial.....	37
Fase 2. Idees prèvies.....	39

Fase 3. Desenvolupament del projecte.....	42
Introducció.....	42
Quin tipus de fonts podem utilitzar?.....	43
Com sistematitzem la informació?.....	44
Què necessitem saber?.....	45
Activitat contínua al llarg del projecte.....	56
Fase 4. Comunicació d'allò après.....	57
Activitat final.....	57
<b>Avaluació.....</b>	62
Rúbrica d'observació de gènere.....	63
Rúbrica d'avaluació de competències clau.....	65
Rúbrica d'avaluació de continguts.....	68
Rúbrica d'avaluació del treball en grup.....	71
L'alumnat avalua.....	74
<b>Bibliografia i recursos.....</b>	75
<b>Annexos.....</b>	77
1. Contracte pedagògic.....	77
2. Gastronomies del món. Peter Menzel.....	79

# ÍNDEX DE QUADRES

Quadre 1. Competències/elements transversals.....	14
Quadre 2. Competències clau/disciplinàries.....	15
Quadres 3 a 6. Objectius d'etapa per comunitats. Correspondència amb la selecció de continguts per àrees i criteris d'avaluació.....	18
Cuadro 3. Euskadi.....	18
Cuadro 4. Illes Balears.....	20
Cuadro 5. Catalunya.....	22
Cuadro 6. País Valencià.....	24
Quadre 7. El valor dels menjadors escolars ecològics.....	28
Quadre 8. Metodologia d'aprenentatge basat en projectes.....	32
Quadre 9. Sondeig d'idees prèvies.....	39
Quadre 10. Fitxa d'informació.....	44
Quadre 11. Resum d'aprenentatges.....	57
Quadre 12. Pla d'activitats finals.....	58
Quadre 13. Rúbrica d'observació de gènere.....	63
Quadre 14. Rúbrica d'avaluació de competències clau.....	65
Quadre 15. Rúbrica d'avaluació de continguts.....	68
Quadre 16. Rúbrica d'avaluació del treball en grup.....	71
Quadre 17. L'alumnat avalua.....	74

# ÍNDIX DE FIGURES

Figura 1. Integració hort-menjador-aula en connexió amb l'entorn.....	26
Figura 2. Integració metodològica.....	31
Figura 3. Què sé del sistema alimentari?.....	45
Figura 4. L'origen dels aliments.....	54
Figura 5. Menú setmanal saludable.....	60

# PRESENTACIÓ

**E**l projecte *Mengem el que sabem!* és una invitació a explorar la temàtica de l'alimentació amb l'objectiu d'adonar-nos que com més coneguem els efectes que es deriven dels diferents models alimentaris, en millors condicions estarem per prendre bones decisions al voltant de l'alimentació. Les bones decisions són aquelles que milloren la qualitat del nostre entorn i els nostres ecosistemes i que beneficien les persones, les seves condicions de treball i les seves possibilitats de portar vides dignes i saludables.

Aquesta exemplificació curricular pretén oferir al personal docent un conjunt de suggeriments útils per abordar la qüestió de l'alimentació en els centres de Primària des d'una perspectiva transversal i interdisciplinari i amb un enfocament ampli, crític i transformador. Tot i que la selecció de continguts i criteris d'avaluació s'ha fet tenint en compte els dissenys curriculars corresponents a 5è i 6è de Primària, això no vol dir que amb les adaptacions corresponents no es pugui abordar en altres cursos la temàtica de l'alimentació sobre la qual gira aquest document.

I en diem exemplificació curricular perquè la idea és mostrar una possibilitat de treball flexible, de manera que cada docent pugui fer les adaptacions que consideri pertinents per contribuir des de la seva àrea al projecte conjunt, però alhora amb les suficients indicacions i precisions per assegurar una determinada mirada al procés d'ensenyament-aprenentatge, a la coherència amb l'enfocament d'educació crítica i transformadora<sup>1</sup> i per descomptat a la comprensió de la temàtica triada: alimentació justa, saludable i sostenible.

Es tracta d'un document de naturalesa diferent de la d'una unitat didàctica, de manera que no segueix l'estructura convencional basada en una seqüència d'activitats (acompanyades, això sí, d'objectius generals i específics, seqüenciació de continguts, metodologia, temporalització, materials...) que permetria detallar la intervenció docent a l'aula des del començament fins al final. I és que, tot i que respon a una organització interna similar, l'objectiu és mostrar com és possible organitzar un treball interdisciplinari, coordinat entre diferents àrees a través de la metodologia d'Aprenentatge Basat en Projectes (ABP) per abordar la temàtica de l'alimentació des de la integració del treball a l'hort, al menjador i a l'aula, i en connexió amb l'entorn.

El que sí que proposem és una estructura comuna. L'alumnat haurà de fer en grups un treball col·laboratiu per explorar les característiques dels sistemes alimentaris que desembocarà en la identificació de propostes per transitar cap a models més justos des dels punts de vista social i ambiental i que seran comunicades a través d'algunes activitats finals (mercat ecològic, *showcooking* i menú

---

1 Remetem al document *Educació crítica i transformadora Marc teoricopedagògic per integrar la sobirania alimentària amb enfocament de gènere als centres de Primària* que hem desenvolupat en el marc del programa Alimentació, on es detalla què entenem per aquest enfocament. Disponible a: <https://www.alimentacion.net/es/recursos/educaci3n-critica-i-transformadora-marc-teorico-pedag3gic-integrar-la-sobirania-alimentaria>



saludable) per presentar el treball realitzat al conjunt del centre, les famílies i els agents de l'entorn.

Aquest document s'inscriu en el conjunt de recursos que s'ofereixen dins el programa **Alimentacció** que impulsen conjuntament Justícia Alimentària i Hegoa. Amb aquesta iniciativa, es busca generar consciència crítica i promoure l'acció educativa davant de les conseqüències socials, econòmiques i ambientals que provoca el nostre model alimentari (producció, distribució, comercialització i consum) gestionat sota el capitalisme neoliberal i mercantil.

A més, juntament amb això, la idea és estendre altres models alternatius, qualitativament rellevants, basats en els principis de la sobirania alimentària amb perspectiva de gènere, que defensen el dret dels pobles i de les comunitats a prendre decisions sobre el seu sistema alimentari. Es tracta que totes les persones accedeixin a una alimentació sana, saludable i sostenible i a unes condicions de vida dignes; transitant cap a societats més justes i cap a patrons de producció i consum que no solament minimitzin l'impacte sobre el planeta, sinó que també contribueixin a la regeneració dels ecosistemes.

El programa **Alimentacció** s'està desenvolupant en quatre territoris: Menorca (Illes Balears); València (País Valencià), Catalunya i Euskadi. Per aquest motiu, l'exemplificació ha tingut en compte els decrets curriculars d'aquestes comunitats a l'hora d'organitzar continguts i competències. També hem tingut en compte les unitats didàctiques que diversos participants del programa han produït i implementat per tal que s'entengui que aquesta exemplificació no suposa un model diferent, sinó una proposta que les inclou per prendre-les com a referència en diferents fases del procés. En qualsevol cas, com veurem, hi ha similituds que entenem que poden donar sentit a la utilització de l'exemplificació curricular fora també d'aquests territoris i/o agents de la Xarxa d'**Alimentacció**.

# INTRODUCCIÓ

La qüestió de l'alimentació interessa el conjunt de la societat perquè hem de menjar per viure i perquè el tipus de dieta, la varietat i qualitat dels aliments influeixen en el desenvolupament físic i psíquic de les persones i, per descomptat, en la seva salut. Però al voltant de l'alimentació, en els nostres contextos de societats altament urbanitzades i hiperconsumistes, hem de tenir en compte una altra sèrie de processos que determinen com de saludables són els nostres hàbits alimentaris, si les vides de les persones que s'ocupen de la producció d'aliments són dignes i si els models alimentaris actuals per a les comunitats humanes i per al planeta en el seu conjunt són sostenibles.

Parlem de sostenibilitat de la vida per alludir a un enfocament que posa la seva atenció prioritària en la cura de les persones, dels éssers vius en general i del planeta. L'aposta per aquest enfocament ens obliga a considerar la perspectiva de gènere, tenint en compte que han estat les dones les qui s'han ocupat històricament de la cura de la vida, per definir com podem hem de promoure la incorporació corresponsable dels homes a aquesta tasca.

Adoptar l'enfocament de sostenibilitat de la vida ens pot ser útil per contrastar les conseqüències que es deriven de les maneres de producció d'aliments i de les pautes de consum propis de les societats globalitzades i dels models industrials d'alt impacte social i ambiental que les caracteritzen amb altres alternatives possibles que centren la seva atenció en les persones i en el planeta, en la justícia, en el dret a l'alimentació i en la sostenibilitat.

Pobresa, exclusió, desigualtat, desplaçaments forçats, defensores de drets amenaçades, esgotament de terres, desforestació, despoblament rural, pèrdua de biodiversitat, alt consum d'energies fòssils i aigua, pèrdua de titularitat de les terres, sistemes de producció altament mecanitzats que necessiten poca mà d'obra... són alguns dels problemes més crítics que deriven d'un model alimentari que mira al mercat i que s'orienta al lucre. Però n'hi ha d'altres que són igualment preocupants: impactes en la salut, malalties, malnutrició; dependència d'aliments importats; feminització de la pobresa; homogeneïtzació cultural, que atempta contra la rica diversitat amb què les diferents societats han expressat les seves preferències, han conservat les seves tradicions alimentàries, han creat cultura al seu voltant, i un llarg etcètera.

Tot això configura un panorama crític que cal afrontar i que urgeix substituir per altres propostes com les que representen els sistemes de producció agroecològics i de consum responsable i local que no solament afavoreixen la sostenibilitat de la vida, sinó que contribueixen a la dinamització econòmica dels espais rurals; a l'enfortiment comunitari a través de les xarxes que s'estableixen entre persones productores i consumidores; a l'equitat entre dones i homes; a la corresponsabilitat en l'assumpció de les tasques de cura; a l'enriquiment cultural que suposa recuperar les tradicions pròpies al voltant de l'alimentació, i a la preservació de la biodiversitat característica dels territoris en què habitem.

Creiem que el tema de l'alimentació, abordat des d'una perspectiva global, constitueix un nucli rellevant de treball que des d'una proposta integral, interdisciplinària i diversa ens permetrà explorar la seva alta potencialitat educativa.

## OBJECTIU GENERAL

Aquesta exemplificació curricular pretén suscitar l'interès de l'alumnat cap a la problemàtica de l'alimentació des d'una doble perspectiva. D'una banda, la reflexió sobre els seus hàbits alimentaris, perquè conscientment puguin optar per dietes saludables. De l'altra, la seva vinculació amb un marc interpretatiu més ampli, de manera que contribueixi al desenvolupament d'una consciència crítica a l'entorn dels efectes que els models alimentaris usals tenen sobre la salut de les persones i del planeta, sobre les condicions de vida de la pagesia i de les comunitats, en general.

Abordar en el marc escolar les interrelacions entre l'hort, el menjador i l'aula ens dona l'oportunitat que els nois i noies puguin comprendre millor els processos de producció d'aliments, transformació i consum d'una manera pràctica, activa i consistent i de fer-ho, a més, en estret vincle amb els continguts curriculars que han d'articular el seu procés d'aprenentatge.

# CONCRECIÓ CURRICULAR

**E**n aquest apartat presentem les interrelacions que es poden establir entre les diferents competències, objectius, àrees, blocs de contingut i criteris d'avaluació especificats en els decrets que regulen l'etapa en cadascun dels quatre territoris on es desenvolupa el programa d'Alimentació (Catalunya, Euskadi, País Valencià i Illes Balears).

En tots els casos hem fet una selecció i, amb l'objectiu de fer més visible la contribució de l'enfocament de sobirania alimentària amb l'enfocament de gènere als aprenentatges esperats, hem adaptat els criteris d'avaluació a aquesta temàtica.

La selecció de 3 àrees no vol dir, en cap cas, que siguin les úniques que contribueixen a la comprensió de la temàtica i a l'assoliment dels objectius i competències assenyalats. De fet, seria interessant que, tenint en compte els suggeriments continguts en aquest text, docents d'altres àrees fins i tot d'altres cursos o d'altres cicles s'animessin a participar en aquesta proposta interdisciplinària.

De la mateixa manera, hauran de ser les professores i els professors els qui decideixin finalment quins continguts concrets treballaran, i quins objectius i competències de totes les assenyalades desenvoluparan i avaluaran realment.

Insistim que aquesta proposta és una exemplificació, una possible guia entre moltes d'altres que es podrien plantejar.

Expliquem a continuació els quadres que segueixen i que recullen la lògica de la concreció curricular que hem elaborat.

▶ **Quadre 1. Competències/elements transversals.** En el quadre, es recull l'enunciat que rep cada un d'aquests elements, referit a aquests quatre territoris. En algunes d'aquestes comunitats, es distingeix entre competències i elements transversals, però hem optat per presentar una síntesi que ens permet visualitzar l'estructura i, dins d'elles, els elements comuns.

▶ **Quadre 2. Competències clau/disciplinàries.** En aquest cas, recollim les competències clau/disciplinàries (que, amb lleugeres variacions en la denominació, apareixen en els decrets curriculars dels quatre territoris) i assenyallem els criteris d'avaluació que resulten pertinents per a aquesta exemplificació, adequant-ne la formulació a la temàtica triada.

▶ **Quadres 3 a 6. Objectius d'etapa per comunitats.** Correspondència amb la selecció de continguts per àrees i criteris d'avaluació. S'estableix per a cada un dels quatre territoris<sup>2</sup> i de les tres àrees sobre les quals es realitza l'exemplificació (Primera Llengua Estrangera, Ciències Socials i Educació Física) la correlació entre els objectius d'etapa per àrees, els blocs de contingut i els criteris d'avaluació seleccionats<sup>3</sup>.

- 
- 2 L'organització de l'etapa varia d'unes comunitats a unes altres. Euskadi i les Illes Balears estableixen dos cicles: el primer comprèn els cursos de 1r a 3r i el segon els cursos de 4t a 6è. Catalunya compta amb tres cicles: inicial, comprèn els cursos 1r i 2n; mitjà, 3r i 4t, i superior, 5è i 6è. Finalment, al País Valencià no s'estableixen cicles, els cursos van de 1r a 6è.
- 3 Donada la variabilitat a la qual alludim a la nota a peu de pàgina precedent. La selecció de continguts i criteris d'avaluació s'ha fet sempre sobre el cicle o curs superior (6è en alguns casos, 5è i 6è en d'altres).

Quadre 1. Competències/elements transversals

	CATALUNYA	EUSKADI	PAIS VALENCIA	ILLES BALEARS
<b>Competències comunicatives</b>	Competència comunicativa lingüística i audiovisual.	Competència per a la comunicació verbal, no verbal i digital.	Foment de la lectura. Comprensió lectora. Expressió oral i escrita. Comunicació audiovisual.	Comprensió lectora. Expressió oral i escrita. Comunicació audiovisual.
	Competència artística i cultural.			
	Tractament de la informació i competència digital.	Competència per aprendre a aprendre i per pensar.	Tecnologies de la informació i de la comunicació.	
<b>Competències metodològiques</b>	Competència matemàtica.	Competència per a la iniciativa i l'esperit emprenedor.	Emprenedoria.	Emprenedoria.
	Competència d'aprendre a aprendre.			
<b>Competències personals</b>	Competència d'autonomia.	Competència per aprendre a ser. Competència per conviure.	Educació cívica i constitucional.	Educació cívica i constitucional.
<b>Competències específiques centrades a conviure i habitar el món</b>	Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic.	Competència per aprendre a ser. Competència per conviure.	Educació cívica i constitucional.	Educació cívica i constitucional.
	Competència social i ciutadana.			
<b>DEFINICIÓ COMPETÈNCIES TRANSVERSALS</b>				
<p><b>Competència per a la comunicació verbal, no verbal i digital.</b> Utilitzar de manera complementària la comunicació verbal, la no verbal i la digital per comunicar-se de manera eficaç i adequada en situacions personals, socials i acadèmiques.</p> <p><b>Competència per aprendre a aprendre i per pensar.</b> Disposar dels hàbits d'estudi i de treball, de les estratègies d'aprenentatge i del pensament rigorós, mobilitzant i transferint el que s'ha après en altres contextos i situacions, per poder organitzar de manera autònoma el propi aprenentatge.</p> <p><b>Competència per conviure.</b> Participar amb criteris de reciprocitat en les diferents situacions interpersonals, grupals i comunitàries, reconeixent en l'altra persona els mateixos drets i deures que es reconeixen per a un mateix o una mateixa, per contribuir tant al bé personal com a bé comú.</p>				
<p><b>Competència per a la iniciativa i l'esperit emprenedor.</b> Mostrar iniciativa gestionant el procés emprenedor amb resolució, eficàcia i respecte pels principis ètics en els diferents contextos i situacions personals, socials, acadèmiques i laborals per poder transformar les idees en actes.</p> <p><b>Competència per aprendre a ser.</b> Reflexionar sobre els propis sentiments, pensaments i accions que es produeixen en els diferents àmbits i situacions de la vida, reforçant o ajustant-los d'acord amb la valoració sobre aquests per així orientar-se, mitjançant la millora continua, cap a l'autorealització de la persona en totes les seves dimensions.</p>				

Font: Elaboració pròpia a partir dels decrets curriculars corresponents a cadascun dels quatre territoris. Definició de competències transversals agafada del *Plan Heziberri 2020* (Departament d'Educació del Govern Basc).

## Quadre 2. Competències clau/disciplinàries

COMUNES ALS 4 TERRITORIS	VINCULACIÓ DELS CRITERIS D'AVALUACIÓ AMB L'ENFOCAMENT DE SOBIRANIA ALIMENTÀRIA AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE
<p><b>Competència en comunicació lingüística.</b></p> <p>Es refereix a l'habilitat per utilitzar la llengua, expressar idees i interactuar amb altres persones de manera oral o escrita.</p>	<p>Comprendre textos senzills en diferents formats (orals, escrits, audiovisuals...) que abordin la problemàtica de l'alimentació des de diferents punts de vista.</p> <p>Establir, mitjançant el treball a l'entorn de l'alimentació, intercanvis comunicatius amb:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>i. la mateixa comunitat educativa –famílies, companys i companyes...–</li> <li>ii. els agents socials de l'entorn –persones productores, mercat local, petit comerç, grups de consum...–, per compartir les propostes resultants de les activitats desenvolupades a l'aula, l'hort escolar i el menjador en relació amb una alimentació sana, justa i sostenible.</li> </ol> <p>Expressar en la llengua estrangera els continguts relacionats amb l'alimentació mitjançant un discurs senzill, però clar i ben estructurat.</p> <p>Utilitzar un llenguatge inclusiu i no sexista en totes les modalitats de comunicació.</p>
<p><b>Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia.</b></p> <p>La primera alludeix a les capacitats per aplicar el raonament matemàtic per resoldre qüestions de la vida quotidiana; la competència en ciència se centra en les habilitats per fer servir els coneixements i la metodologia científica per explicar la realitat que ens envolta; i la competència tecnològica, en com aplicar aquests coneixements i mètodes per donar resposta als desitjos i les necessitats humanes.</p>	<p>Aplicar processos de raonament i estratègies de resolució de problemes vinculats a la problemàtica de l'alimentació, fent servir i controlant les fases del mètode de treball científic (preguntes, plantejaments, ús de variables i càlculs senzills, arguments raonats...). Per exemple, per entendre per què és millor una alimentació basada en productes locals que una basada en aliments quilomètrics i ultraprocessats.</p> <p>Seleccionar i fer servir els procediments matemàtics adequats per calcular, representar i interpretar la realitat (per exemple, per preparar el disseny, la dimensió i la distribució de l'hort).</p> <p>Reconèixer i valorar el paper de les dones en tot allò relacionat amb l'alimentació. Explorar el coneixement científic que les dones han desenvolupat per solucionar problemes i/o millorar situacions relacionades amb l'alimentació.</p>

COMUNES ALS 4 TERRITORIS	VINCULACIÓ DELS CRITERIS D'AVALUACIÓ AMB L'ENFOCAMENT DE SOBIRANIA ALIMENTÀRIA AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE
<p><b>Competència digital.</b></p> <p>Implica l'ús segur i crític de les TIC per obtenir, analitzar, produir i intercanviar informació.</p>	<p>Crear continguts sobre temes relacionats amb l'alimentació (productes de temporada, aliments frescos, menús saludables, hort ecològic...) mitjançant l'ús de mitjans digitals: esquemes, podcast, cartells, tríptics, còmics...; i en diversos formats: text, imatges, video, àudio...</p>
<p><b>Aprendre a aprendre.</b></p> <p>Requereix que l'estudiant desenvolupi la seva capacitat d'iniciar l'aprenentatge i persistir-hi, organitzar tasques i temps, i treballar de manera individual o col·laborativa per aconseguir un objectiu.</p>	<p>Tenir disposició per millorar les capacitats d'exposició i comunicació oral, escrita, audiovisual i digital, per utilitzar arguments contrastats en col·loquis i debats.</p> <p>Escollar altres opinions i mostrar-se disposat a modificar el seu propi punt de vista.</p> <p>Mantenir la curiositat per plantejar-se preguntes, identificar i valorar la diversitat de respostes, i desenvolupar les estratègies necessàries per prendre decisions al més justes possibles després de valorar-ne els aspectes positius i negatius.</p> <p>Aprofitar l'espai col·laboratiu que suposa el treball d'Aprenentatge Basat en Projectes (ABP) per: a) participar-hi activament, enfortir la relació amb els altres, i millorar les capacitats de comunicació, i b) observar i aprendre de les diferents estratègies d'aprenentatge desplegades pels companys i companyes associades al treball a l'entorn de la problemàtica de l'alimentació.</p>
<p><b>Competències socials i cíviques.</b></p> <p>Fan referència a les capacitats de relacionar-se amb les persones i participar de manera activa, participativa i democràtica en la vida social i cívica.</p>	<p>Abordar la problemàtica de l'alimentació des de la pròpia experiència, valorant-la de manera crítica per identificar les conseqüències que tenen els nostres hàbits de consum tant sobre l'entorn local com a escala global.</p> <p>Explicar la influència del comportament humà en el medi natural, identificant l'ús sostenible dels recursos naturals i proposant algunes mesures necessàries per garantir la producció d'aliments saludables, especificant-ne els efectes positius.</p> <p>Entendre el funcionament del cicle producció-consum d'aliments per introduir el concepte de dret a una alimentació saludable, justa i sostenible, mitjançant activitats que vinculen l'hort escolar, el menjador i l'aula.</p> <p>Identificar els canvis individuals que poden assumir com a ciutadanes i ciutadans per desenvolupar un comportament conscient i responsable, i que implicaran la modificació de pautes d'alimentació, consum, relació amb altres persones, etc.</p> <p>Proposar i involucrar-se en iniciatives dirigides al mateix centre escolar i a les famílies que afavoreixin la implicació col·lectiva en accions encaminades a transformar els hàbits de consum relacionats amb l'alimentació cap a altres models més justos, saludables i sostenibles.</p>



COMUNES ALS 4 TERRITORIS	VINCULACIÓ DELS CRITERIS D'AVALUACIÓ AMB L'ENFOCAMENT DE SOBIRANIA ALIMENTÀRIA AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE
<p><b>Sentit de la iniciativa i esperit emprenedor.</b></p> <p>Implica les habilitats necessàries per convertir les idees en actes.</p>	<p>Seleccionar un problema relacionat amb els continguts de treball a l'entorn de l'alimentació per buscar solucions assumibles individualment i col·lectivament.</p> <p>Transformar idees en accions de manera creativa, realista i ajustada a les necessitats del context.</p> <p>Imaginar, dissenyar i portar a terme iniciatives relacionades amb la problemàtica de l'alimentació que impliquin compromisos/accions de sensibilització, presa de consciència i canvi d'actituds a favor d'un consum just i responsable.</p>
<p><b>Consciència i expressions culturals.</b></p> <p>Fa referència a la capacitat d'apreciar la importància de l'expressió mitjançant la música, les arts plàstiques i escèniques o la literatura.</p>	<p>Apropar-se a diferents cultures gastronòmiques mitjançant el contrast de la cultura local amb les d'altres territoris (de l'Estat espanyol i/o del món).</p> <p>Visibilitzar de manera explícita el paper de les dones en l'alimentació.</p> <p>Participar de manera equitativa –no estereotipada per rols de gènere– en les activitats desenvolupades a l'hort, menjador, aula i centre educatiu.</p>
<p><b>Competència motriu.</b></p> <p>Afrontar de manera autònoma, crítica, creativa i expressiva les diverses situacions de l'àmbit motor per adquirir els hàbits de la pràctica d'activitats físiques i esportives que ajuden a assolir el benestar integral mitjançant un estil de vida saludable.</p>	<p>Integrar a la vida quotidiana de manera conscient l'activitat física, en qualsevol de les seves expressions, com a element indispensable per a la cura i la millora de la salut en la seva integritat i el gaudi d'una vida equilibrada.</p> <p>Ser conscient dels beneficis que aporta una alimentació saludable per al desenvolupament d'una vida plena, en harmonia amb altres persones i l'entorn.</p>

Font: Elaboració pròpia.

Quadres 3 a 6. Objectius d'etapa per comunitats. Correspondència amb la selecció de continguts per àrees i criteris d'avaluació

Quadre 3. Euskadi			
ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Primera Llengua Estrangera</b>	<p>1. Comprendre discursos orals, escrits i audiovisuals, procedents de situacions de comunicació pròpies de l'entorn escolar, relacionats amb les seves experiències i interessos, i interpretar-los per respondre eficaçment a diferents situacions comunicatives...</p> <p>2. Expressar-se i interactuar oralment i per escrit amb actitud respectuosa i de cooperació per respondre de manera prou adequada, coherent i correcta a necessitats comunicatives habituals sobre temes prèviament tractats a l'aula i amb l'ajut de models.</p> <p>5. Utilitzar la llengua estrangera per descobrir altres realitats i altres cultures mostrant una actitud positiva de comprensió, respecte i col·laboració.</p> <p>6. Utilitzar, de manera guiada, les tecnologies de la informació i la comunicació per obtenir informació, comunicar-se i cooperar en la llengua estrangera.</p>	<p>Comunicació oral. Escoltar, parlar i conversar (B2).</p>	<p><b>B2.1</b> Comprendre textos orals en diferents suports, reconeixent i interpretant el sentit global i seleccionant informació pertinent per a la tasca proposada.</p> <p><b>B2.3</b> Participar de manera simple i comprensible en situacions interactives habituals que requereixin un intercanvi directe d'informació, respectant les normes de l'intercanvi comunicatiu.</p>
	<p>6. Valorar positivament la pràctica habitual, regular i moderada d'activitat física per manifestar una actitud responsable cap a mateix o mateixa i la resta de persones, reconeixent els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut.</p> <p>7. Participar en activitats físiques compartint projectes que fomentin les relacions grups construint les bases per a una cultura de l'oci enriquidora.</p>	<p>Comunicació escrita. Llegir i escriure (B3).</p>	<p><b>B3.4</b> Comprendre i interpretar textos escrits breus, senzills i sobre temes coneguts, d'àmbit propers a l'experiència de l'alumne, captant el sentit global i algunes idees principals.</p> <p><b>B3.6</b> Produir textos escrits curts i senzills diversos relacionats amb les activitats habituals de l'aula, sobre temes acadèmics o d'interès personal mostrant un nivell acceptable d'adequació, cohesió i correcció.</p>
<b>Educació Física</b>		<p>Activitat física i salut (B4).</p>	<p><b>B4.8</b> Mantenir conductes actives d'acord amb el valor de l'exercici físic per a la salut, mostrant interès per a la cura del cos, els hàbits posturals i alimentaris, evitant el consum de drogues i conductes que puguin generar addiccions conductuals.</p>

Quadre 3. Euskadi			
ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Ciències Socials</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconèixer i apreciar la pertinença a grups socials i culturals amb característiques pròpies, mantenint actituds de respecte cap a la resta d'identitats, cultures i pobles, i la necessitat de respectar els drets humans.</li> <li>2. Participar en activitats de grup adoptant un comportament responsable, cooperatiu, solidari i constructiu, desenvolupant la responsabilitat cap al treball comú per contribuir solidàriament amb la comunitat sense discriminacions de cap mena.</li> <li>4. Analitzar algunes manifestacions de la intervenció humana en el medi físic i social, valorant-les críticament des de paràmetres de sostenibilitat, amb l'objectiu d'adoptar un comportament a la vida quotidiana de defensa, recuperació i conservació del medi ambient i del patrimoni històric i cultural.</li> <li>6. Identificar, plantejar-se i resoldre interrogants i problemes relacionats amb elements significatius del context geogràfic, social i històric de l'entorn, fent servir estratègies i eines per buscar i compartir la informació i els coneixements, formulant conjectures a fi d'explorar solucions alternatives.</li> </ol>	<p>El món en què vivim i la seva conservació (B2).</p>	<p><b>B2.17</b> Explicar la influència del comportament humà en el medi natural, identificant l'ús sostenible dels recursos naturals proposant una sèrie de mesures necessàries per al desenvolupament territorial sostenible de les societats, especificant els efectes positius.</p>

Font: Elaboració pròpia a partir del *Currículo de la Educación Básica Plan Heziberri 2020*. Comunitat Autònoma de Euskadi, 2015. Disponible a: [http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/heziberri\\_2020/es\\_2\\_proyec/adjuntos/EB\\_curriculo\\_completo.pdf](http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/heziberri_2020/es_2_proyec/adjuntos/EB_curriculo_completo.pdf)

## Quadre 4. Illes Balears

ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Primera Llengua Estrangera</b>	6. Desenvolupar la competència en comunicació lingüística oral i escrita per comunicar-se i interactuar amb els altres, aprendre, expressar les opinions, transmetre les riqueses culturals i satisfer les necessitats personals.	Comprensió de textos orals ( <i>listening</i> ) (B1).	<b>B1.1</b> Identificar el sentit general de qüestions comunes i específiques relacionades amb les experiències pròpies, necessitats i interessos en contextos quotidians previsibles o relatius a àrees de necessitat immediata en l'àmbit personal, públic i educatiu.
	7. Aprendre a utilitzar amb autonomia progressiva els mitjans convencionals, els mitjans audiovisuals, la biblioteca i les tecnologies de la informació i la comunicació com a instruments per comunicar-se i aprendre la llengua estrangera.	Producció de textos orals; expressió i interacció ( <i>speaking</i> ) (B2).	<b>B2.3</b> Conèixer aspectes socioculturals i sociolingüístics bàsics, concrets i significatius, i aplicar aquests coneixements a una producció oral adequada al context, respectant les convencions comunicatives més elementals. <b>B2.6</b> Conèixer i emprar un repertori limitat de lèxic oral d'ús freqüent en situacions quotidianes i temes habituals i concrets relacionats amb els propis interessos, experiències i necessitats.
<b>Educació Física</b>	1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos, les seves possibilitats de moviment i l'activitat física com a mitjà d'aprenentatge i diversió, de coneixement personal i de sentir-se bé amb un mateix o una mateixa i els altres.	Producció de textos escrits; expressió i interacció ( <i>writing</i> ) (B4).	<b>B4.1</b> Construir textos molt curts i senzills per parlar d'un mateix o una mateixa, l'entorn immediat i aspectes de la vida diària, en situacions familiars i previsibles.
	2. Apreciar l'activitat física per al benestar i manifestar una actitud responsable cap a un mateix o una mateixa, els altres i l'entorn, i reconèixer els efectes de l'exercici físic, el descans, la higiene, l'alimentació, la relaxació i els hàbits posturals sobre la salut.	Activitat física i salut (B4).	<b>B4.1</b> Reconèixer els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix o una mateixa.

Quadre 4. Illes Balears			
ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Ciències Socials</b>	<p>4. Ser crítics amb la intervenció humana sobre el medi, aprendre de quina manera la vida humana afecta l'entorn i adquirir hàbits i actituds de defensa i recuperació del medi ambient, així com del patrimoni cultural de la nostra comunitat i de l'Estat espanyol.</p> <p>7. Identificar, plantejar-se i resoldre interrogants i qüestions relacionades amb elements significatius de l'entorn, utilitzant estratègies d'investigació i tractament de la informació, formulació i comprovació de conjectures, exploració de solucions alternatives i reflexió sobre el mateix procés d'aprenentatge, també fent servir les competències comunicatives pròpies de l'àrea (descripció, explicació, justificació, interpretació i argumentació).</p> <p>9. Participar en l'elaboració i avaluació de treballs de recerca relacionats amb aspectes rellevants de l'entorn social i cultural, la conservació del medi i el patrimoni i les accions solidàries, tant individualment com en grup.</p>	<p>El món que ens envolta (B2).</p>	<p><b>B2.17</b> Explicar la influència del comportament humà en el medi natural, identificar l'ús sostenible dels recursos naturals, proposar una sèrie de mesures necessàries per al desenvolupament sostenible de les societats i especificar els efectes positius.</p> <p><b>B2.18</b> Explicar les conseqüències que tenen les nostres accions sobre el clima i el canvi climàtic.</p>

Font: Elaboració pròpia a partir del *Decret 32/2014, de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'Educació Primària a les Illes Balears*. Disponible a: [http://web.caib.es/Normativa/Curriculum\\_IB/versio\\_consolidada/Versio\\_consolidada\\_Decret\\_322014\\_primaria.pdf](http://web.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/versio_consolidada/Versio_consolidada_Decret_322014_primaria.pdf)

## Quadre 5. Catalunya

ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA (Expressats com a competències)	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Àrea de Llengua estrangera. Anglès</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Obtenir informació bàsica i comprendre textos orals, senzills o adaptats, de la vida quotidiana, els mitjans de comunicació i l'àmbit escolar.</li> <li>Aplicar estratègies per obtenir informació bàsica i comprendre textos escrits senzills o adaptats de la vida quotidiana, els mitjans de comunicació i l'àmbit escolar.</li> <li>Planificar textos senzills a partir de la identificació dels elements més rellevants de la situació comunicativa.</li> </ol>	<p>Dimensió oral (B1).</p> <p>Dimensió lectora (B2).</p> <p>Dimensió escrita (B3).</p>	<p><b>B1.1</b> Captar el missatge global i específic de produccions i interaccions orals variades procedents de diferents contextos relacionats amb els alumnes i el seu entorn més proper.</p> <p><b>B1.5</b> Fer petites exposicions orals individuals o en grup de temes relacionats amb les diferents àrees del coneixement.</p> <p><b>B2.6</b> Comprendre el sentit global i la informació específica de textos escrits de tipologia diversa i en diferents suports i formats.</p> <p><b>B3.7</b> Elaborar textos escrits senzills tant en suport paper com digital segons un model i tenint en compte el destinatari, el tipus de text i la finalitat comunicativa.</p> <p><b>B3.16</b> Usar un llenguatge no discriminatori i respectuós amb els altres i ser crític amb els prejudicis racistes, sexistes, religiosos i classistes.</p>
<b>Educació Física</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mostrar hàbits saludables en la pràctica d'activitats físiques i en la vida quotidiana.</li> <li>Valorar la pràctica habitual de l'activitat física com a factor beneficiós per a la salut.</li> </ol>	<p>Dimensió d'hàbits saludables (B2).</p>	<p><b>B2.4</b> Identificar algunes de les relacions que s'estableixen entre la pràctica d'exercici físic correcta i habitual i la millora de la salut.</p>

Quadre 5. Catalunya			
ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA (Expressats com a competències)	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
<b>Conocimiento del Medio</b>	<p>1. Plantejar-se preguntes sobre el medi, emprar estratègies de cerca de dades i analitzar resultats per trobar respostes.</p> <p>4. Analitzar paisatges i ecosistemes tenint en compte els factors socials i naturals que els configuren per valorar les actuacions que els afecten.</p> <p>5. Valorar problemes socials rellevants interpretant-ne les causes i les conseqüències per plantejar propostes de futur.</p> <p>6. Adoptar hàbits d'alimentació, activitat física i descans amb coneixements científics per assolir el benestar físic.</p> <p>11. Adoptar hàbits sobre l'adquisició i l'ús de bens i serveis amb coneixements científics i socials per esdevenir un consumidor responsable.</p> <p>12. Participar en la vida col·lectiva a partir de valors democràtics per millorar la convivència i afavorir un entorn més just i solidari.</p>	<p>Coneixement del medi natural (B2).</p>	<p><b>B2.4</b> Planificar experiències senzilles sobre alguns fenòmens físics i químics de la matèria i portar-les a terme: plantejar-se hipòtesis, seleccionar el material necessari, registrar els resultats i comunicar les conclusions amb diferents llenguatges per mitjans convencionals i fent servir les tecnologies d'aprenentatge i coneixement.</p> <p><b>B2.5</b> Planificar projectes de construcció d'alguns objectes, maquetes i aparells senzills, i realitzar-los seleccionant els materials pertinents, demostrant responsabilitat en les tasques individuals i actitud cooperativa per al treball en grup, tot veïllant per la pròpia seguretat i la dels altres.</p>
		<p>Coneixement del medi social i cultural (B3).</p>	<p><b>B3.2</b> Valorar, entre altres recursos, l'aigua com un bé escàs, i conèixer diferents maneres de prevenir o reduir l'impacte de les activitats humanes sobre el medi.</p> <p><b>B3.6</b> Identificar, descriure i analitzar processos de canvi i transformació socials, culturals, econòmics i tecnològics a l'entorn, especialment, els canvis provocats per la globalització, identificant i valorant algunes de les causes de les desigualtats del món actual.</p>

Font: Elaboració pròpia a partir del *Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació primària en Catalunya*. Disponible a: <http://portaladogc.gencat.cat/utillsEADOP/PDF/6900/1431926.pdf>

Quadre 6. País Valencià	
<b>ÀREA</b>	<b>OBJECTIUS D'ETAPA</b> (No apareixen especificats per àrea, de manera que dels generals d'etapa n'hem seleccionat únicament els que tenen una vinculació més directa amb aquesta exemplificació curricular)
<b>Primera Llengua Estrangera. Anglès</b>	<p>a) Coneixer i apreciar els valors i les normes de convivència, aprendre a obrar d'acord amb aquestes, preparar-se per a l'exercici actiu de la ciutadania i respectar els drets humans, així com el pluralisme propi d'una societat democràtica.</p> <p>f) Adquirir en almenys una llengua estrangera la competència comunicativa bàsica que els permeti expressar i comprendre missatges senzills i desenvolupar-se en situacions quotidianes.</p>
<b>BLOCS DE CONTINGUT</b>	<b>CRITERIS D'AVALUACIÓ</b>
Comprensió de textos orals (B1).	<b>B1.4</b> Identificar, de manera autònoma, un repertori de lèxic d'alta freqüència contextualitzat en situacions quotidianes, habituals i concretes relacionades amb els propis interessos, experiències i necessitats.
Producció de textos orals: expressió i interacció (B2).	<b>B2.1</b> Interactuar autònomament sobre temes familiars, quotidians, del seu interès o experiència per iniciar, mantenir o concloure una conversa cara a cara o a través de mitjans tècnics, d'una manera comprensible, emprant patrons sonors, accentuals, rítmics i d'entonació bàsics.
Comprensió de textos escrits (B3).	<b>B3.1</b> Identificar la funció, el sentit general en qualsevol tipus de format, la informació essencial i els punts principals en textos escrits molt breus i senzills en llengua estàndard, amb estructures simples i lèxic d'ús molt freqüent, de forma impresa o digital sobre temes habituals relacionats amb experiències i interessos propis en contextos relatius als àmbits personal, públic i educatiu.
Producció de textos escrits i interacció (B4).	<b>B4.1</b> Produir autònomament textos escrits lliures, de manera individual, cooperativa o per aproximació dialogica per parlar d'un mateix o una mateixa, de l'entorn més immediat i aspectes de la vida quotidiana, en situacions familiars previsibles.



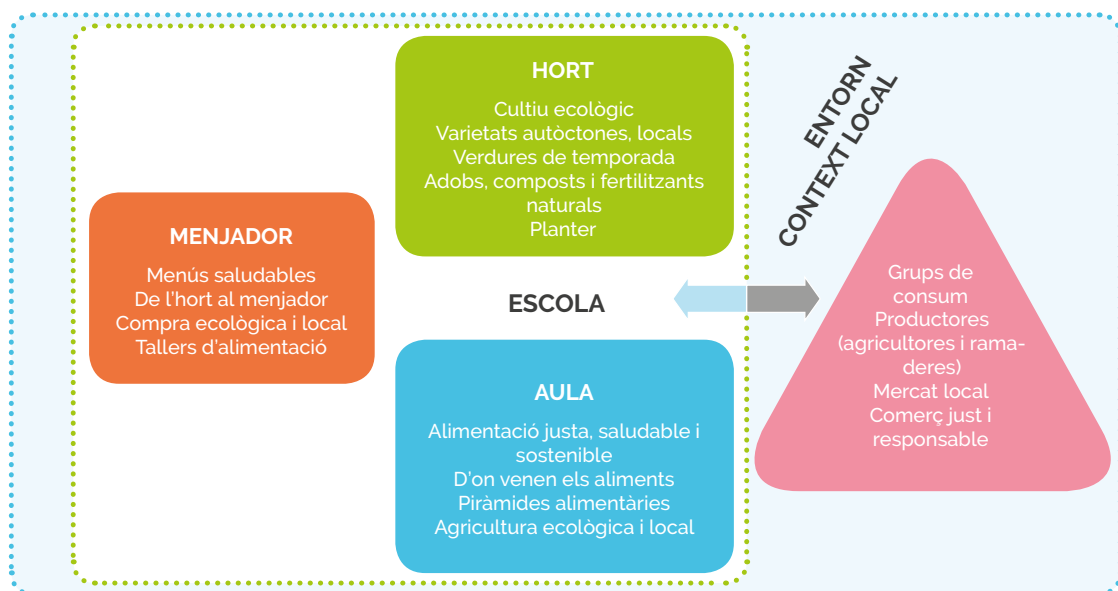
Quadre 6. País Valencià			
ÀREA	OBJECTIUS D'ETAPA (No apareixen especificats per àrea, de manera que dels generals d'etapa n'hem seleccionat únicament els que tenen una vinculació més directa amb aquesta exemplificació curricular)	BLOCS DE CONTINGUT	CRITERIS D'AVALUACIÓ
Ciències Socials	<p>b) Desenvolupar hàbits de treball individual i d'equip, d'esforç i responsabilitat en l'estudi, així com actituds de confiança en si mateix, sentit crític, iniciativa personal, curiositat, interès i creativitat en l'aprenentatge, i esperit emprenedor.</p> <p>h) Conèixer els aspectes fonamentals de les Ciències Naturals, les Ciències Socials, la Geografia, la Història i la Cultura.</p>	<p>Viure en societat (B3).</p>	<p><b>B3.7</b> Relacionar la distribució desigual dels països productors de les principals matèries primeres i fonts d'energia i els països que les consumeixen amb la creació de xarxes de transport, descrivint les seves característiques pel que fa al tipus de productes que transporten (líquids o sòlids, voluminosos o lleugers) i la distància entre el lloc de producció i el de consum a partir de mapes temàtics.</p> <p><b>B3.9</b> Identificar mitjançant l'observació de la publicitat emesa als mitjans de comunicació el destinatari del producte o servei i el biaix de la informació per destacar les seves qualitats, reconeixent que això afecta les seves decisions de compra i, per tant, ser conscient que ser crític amb la publicitat és una condició per a un consum responsable.</p>
	Educació Física	<p>k) Valorar la higiene i la salut, acceptar el propi cos i el dels altres, respectar les diferències i utilitzar l'educació física i l'esport com a mitjans per afavorir el desenvolupament personal i social.</p> <p>m) Desenvolupar les capacitats afectives en tots els àmbits de la personalitat i en les seves relacions amb la resta, així com una actitud contrària a la violència, els prejudicis de qualsevol tipus i els estereotips sexistes.</p>	<p>Activitat física i salut (B4).</p>

Font: Elaboració pròpia a partir del *Decret 108/2014, de 4 de juliol, del Consell, pel qual estableix el currículum i desplega l'ordenació general de l'Educació Primària a la Comunitat Valenciana*.  
 Disponible a: [https://www.docv.gva.es/portal/portal/2014/07/07/pdf/2014\\_6347.pdf](https://www.docv.gva.es/portal/portal/2014/07/07/pdf/2014_6347.pdf)

# PROPOSTA TEMÀTICA

La proposta temàtica s'orienta a la generació de coneixement crític sobre els models alimentaris i al desenvolupament d'hàbits alimentaris coherents amb una alimentació saludable, justa i sostenible. El treball sobre l'hort, el menjador i l'aula en una proposta curricular integral ens permetrà abordar els processos de producció, transformació i consum d'aliments, aprenentatge imprescindible perquè nois i noies puguin comprendre com funciona un sistema alimentari, els seus processos i els seus impactes. Fer-ho, a més, en connexió amb l'entorn, amb els seus agents i amb experiències de sobirania alimentària contribuirà al desenvolupament de la consciència crítica necessària per preguntar-nos què podem fer per contribuir al canvi de model.

Figura 1. Integració hort-menjador-aula en connexió amb l'entorn



Font: Elaboració pròpia.

## Hort. Aprenem sobre la producció d'aliments

Incloure el treball al voltant de l'hort escolar dins de les activitats curriculars regulars en qualsevol de les disciplines de 5è i 6è de Primària representa una oportunitat excel·lent per generar aprenentatges rellevants en l'alumnat, així com per desenvolupar pensament crític i capacitats pròpies de ciutadanes i ciutadans actius i responsables.

El tema de l'alimentació que, en el cas de l'hort, abordarem des de l'òptica de la producció ecològica, local i sostenible permet als nois i noies d'aquestes edats establir connexions de certa complexitat entre els hàbits alimentaris propis d'ells i les seves famílies i les conseqüències que es deriven d'aquests

no solament en el terreny de la salut, sinó també en l'àmbit de la justícia social i mediambiental.

I, en fer-ho a més des de l'experimentació, l'observació i la manipulació, procediments que augmenten l'interès i la motivació de l'alumnat, s'aconseguirà més implicació en aquesta proposta d'aprenentatge al voltant de l'alimentació justa, sostenible i saludable.

L'hort escolar és un instrument que ens permetrà construir un coneixement crític, interdisciplinari i integrat al voltant d'una cosa tan necessària per garantir la sostenibilitat de la vida com és l'atenció al tipus d'alimentació que incorporem en els nostres ritmes quotidians, a l'escola (amb el treball proposat també per al menjador i dins de l'aula) i fora de l'escola, perquè impliquem les famílies i perquè estudiem l'entorn local i ens hi connectem.

### Menjador. Aprenem sobre la transformació i el consum d'aliments

El menjador de l'escola dona un servei important a les famílies, ja que facilita a nens i nenes l'accés al principal àpat del dia. Molts cops, se li atorga un paper secundari, com a lloc on va l'alumnat exclusivament a alimentar-se i res més.

Tanmateix, es tracta d'un servei que s'ofereix en el marc d'una escola, per la qual cosa és important ressaltar la funció pedagògica que, de fet, compleixen els menjadors escolars. En la mesura que aquesta es reconegui i es valori, el paper del menjador pot resultar complementari de l'activitat educativa que es desenvolupa en els centres i perfectament integrat en el seu projecte educatiu i curricular.

I encara més, d'aquesta manera podem ampliar el focus i veure el menjador escolar com un nucli amb capacitat per articular els diferents agents del medi educatiu i social: famílies, alumnat, professorat, personal de cuina i menjador, educadors i educadores, productores i productors...

Quan es parteix d'aquest enfocament, podem abordar educativament no només tot el que té relació amb la creació d'uns bons hàbits alimentaris i amb la incorporació d'una dieta variada amb productes locals, frescos, de temporada, ecològics..., sinó també la relació que té l'alimentació amb la cura de les persones i l'entorn, les connexions que hi ha entre el sistema alimentari i la justícia social i mediambiental, a escala local i global, els hàbits culturals en relació amb el menjar, el paper històric i actual de les dones en l'alimentació, i un llarg etcètera.

## Quadre 7. El valor dels menjadors escolars ecològics

<b>CONTRIBUÏM A L'EQUILIBRI NUTRICIONAL</b>	perquè la implantació d'una alimentació ecològica als menjadors escolars també implica necessàriament la revisió dels menús amb l'objectiu d'incorporar un nivell òptim de llegums, verdures i fruites i, si cal, eliminar l'excés de fregits, proteïna animal i brioïxeria industrial, la qual cosa beneficia la salut dels infants.
<b>REFORCEM L'EDUCACIÓ DE LA COMUNITAT ESCOLAR I FOMENTEM EL TREBALL EN EQUIP</b>	D'una banda, aquest model de menjador ens porta a reforçar els valors que proposa el projecte educatiu de l'escola, valors dels quals participen altres agents vinculats al projecte de menjador escolar ecològic, com ara els cuiners i cuineres, la pagesia que ens porta la fruita... D'altra banda, la diversitat d'agents implicats afegeix complexitat i riquesa al projecte. L'èxit de l'experiència depèn de la bona entesa entre tots ells: pagesia i altres proveïdors, gestors del menjador, personal docent, pares i mares, alumnat, monitors, professionals de la cuina, entitats públiques, etc. Així mateix, l'experiència potencia treballar les relacions, així com la capacitat per establir vincles cooperatius i reunir diferents esforços i sensibilitats.
<b>FOMENTEM EL DESENVOLUPAMENT DE L'ENTORN RURAL.</b>	El consum d'aliments de proximitat ecològics ajuda a desenvolupar el teixit rural de cada zona, ja que, en ser els menjadors escolars punts de consum constant al llarg del curs, s'incentiva una producció agrícola planificada i es possibilita l'establiment d'uns preus consensuats i raonables per a totes dues parts, així com uns volums acordats per endavant.
<b>PRESERVEM EL MEDI AMBIENT</b>	La producció agrària ecològica té com a objectius, entre d'altres: respectar el medi agrari i els cicles naturals preservant la salut del sòl, l'aigua, els cultius i els animals, així com l'equilibri entre ells; mantenir i augmentar la biodiversitat; fer un ús responsable de l'energia i els recursos naturals; garantir el benestar animal i respectar el comportament propi de cada espècie, i conservar i millorar la riquesa del nostre patrimoni agrari i paisatgístic.

Font: *Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica* (2010:15).

### Aula. Integrem el que s'ha après per comprendre els sistemes alimentaris

Encara que tot allò que es desenvolupa a les escoles educa, l'aula és l'espai en què aquesta funció es converteix en la raó de ser de totes les activitats que s'hi despleguen. Així, en aquesta exemplificació utilitzarem l'aula com el lloc on articular i donar sentit a tota la programació per connectar el treball que es fa a l'hort escolar i al menjador escolar amb el que desenvoluparem a l'aula, però també amb els agents del context local.

A través d'un projecte interdisciplinari, obert a altres àrees, però especialment enfocat a les àrees de Ciències Socials, Llengua Estrangera anglès i Educació Física, explorarem continguts i desenvoluparem un pla d'acció que permeti a nois i noies:

- ▶ Ampliar els seus coneixements al voltant de l'alimentació justa, saludable i sostenible (pobresa i desigualtat; d'on ve el que mengem? aliments quilomètrics; dones camperoles; el preu just?; què passa amb el planeta?).
- ▶ Distingir entre producció convencional i producció local i ecològica (energies fòssils-energies renovables; fertilitzants, adobs, plaguicides industrials o bé naturals o orgànics; productes de temporada, varietats locals, circuits curts de comercialització...).
- ▶ Exercir un consum responsable (distingir entre aliments naturals, frescos, processats, ultraprocessats...).
- ▶ Gaudir d'una alimentació basada en productes locals de temporada a través d'una dieta variada i saludable (dret a l'alimentació, sobirania alimentària amb enfocament de gènere...).
- ▶ Comprometre's a participar a l'escola en accions d'impacte per augmentar la consciència imprescindible per plantejar la transició alimentària cap a models més justos i sostenibles.

### Entorn/context local

Tal com suggereix el marc pedagògic en el qual s'inscriu aquesta exemplificació curricular<sup>4</sup>, és imprescindible vincular l'acció educativa que es desenvolupa dins les escoles amb el context local, amb l'entorn, en definitiva, amb el territori. D'aquesta manera connectem l'experiència local amb l'experiència social per afavorir un aprenentatge situat, és a dir, un aprenentatge que parteix de la realitat quotidiana de l'alumnat i que facilita una millor integració de tots els continguts que treballarem al voltant de l'alimentació justa, saludable i sostenible.

Prestarem atenció al coneixement de:

- ▶ **Productores i productors agrícoles i ramaders** arrelats al territori, promovent visites per conèixer com desenvolupen el treball de la mà dels protagonistes. Si és possible, programarem visites a explotacions de dimensions diverses i que responguin a diferents models (agroecològic davant industrial).
- ▶ **Mercats locals.** Per promoure el consum responsable pararem esment les diferències entre els mercats locals, les petites botigues de barri i les grans superfícies. Observarem si hi ha diferències respecte als productes que ofereixen (frescos, naturals davant de processats i ultraprocessats), respecte de la procedència dels aliments (locals davant de quilomètrics).

---

4 Vegeu la nota 1, pàgina 8.

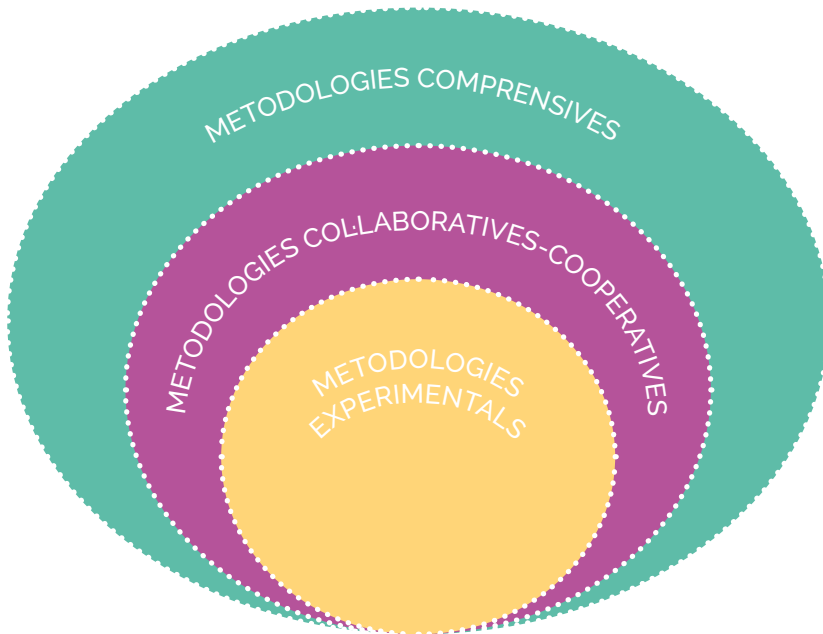
- ▶ **Grups de consum.** Coneixerem l'experiència dels grups de consum com a exemple d'una alternativa que respon a un model d'organització col·lectiva que pretén tornar a les persones el control sobre el que mengem. Reflexionarem també sobre les implicacions que té el fet de prescindir de la intermediació entre persones productores i persones consumidores i els impactes beneficiosos de consumir local i/o ecològic. I també el canvi cultural que representa avui dia tornar a recuperar la lògica de consumir els aliments que són propis de cada temporada, el coneixement sobre les varietats locals (preservació de la biodiversitat), etc.
- ▶ **Consum just i responsable.** Sabem el que mengem i prenem decisions a favor d'un comerç just i responsable. Arribar a aquest estat de coses implica una presa de posició crítica respecte de l'impacte que tenen, en la vida de les persones i en el medi ambient, les grans multinacionals de la producció d'aliments. Així resulta més fàcil acceptar de manera raonada que hem de pagar un preu just pels aliments que ajudi a dignificar i a reconèixer el treball de les persones productores i entendre que l'aposta per l'agroecologia, per la sobirania alimentària amb enfocament de gènere i pel consum responsable formen part del compromís amb la justícia social i mediambiental. Però també és una oportunitat per analitzar les desigualtats, per veure com els col·lectius més pobres i exclosos veuen vulnerat el seu dret a l'alimentació i encara més el dret a l'alimentació saludable.

Les que hem esmentat anteriorment són només algunes de les característiques de la problemàtica de l'alimentació que considerem més interessants perquè s'abordin educativament. Com és lògic, per generar aprenentatges rellevants, el nivell de profunditat amb el qual haurem de presentar-les ha de ser adequat per a l'alumnat de 5è i 6è de Primària, protagonista final d'aquesta proposta.

Que el nostre subjecte educatiu sigui un subjecte jove no vol dir que sigui inviable treballar la complexitat, ni que sigui impossible anar-li despertant la consciència crítica perquè, ja amb aquestes edats, són capaços d'apreciar injustícies en l'entorn i de reconèixer els impactes que tenen els seus actes de consum més enllà de les conseqüències directes en les seves vides.

Per afavorir el pensament crític i la comprensió global de la problemàtica de l'alimentació, proposem el treball coordinat hort-menjador-aula, ja que ens permet combinar metodologies **experiencials** (a través de les activitats a l'hort i al menjador), **cooperatives-collaboratives** (que animaran l'organització del treball en equip propi de la metodologia Aprenentatge Basat en Projectes ABP) i **comprensives** (mitjançant les activitats de recerca, anàlisi i interpretació que es desenvoluparan sobretot a l'aula).

Figura 2. Integració metodològica



Font: Elaboració pròpia.

## Quadre 8. Metodologia d'Aprenentatge Basat en Projectes

### RESPECTE DEL PROCÉS DE TREBALL

1. Fase de motivació. Es tracta de suggerir una activitat que resulti motivadora per a l'alumnat, que els desperti la curiositat per conèixer la temàtica que s'aborda i que els animi a responsabilitzar-se del procés de treball. Proposem crear tres superheroïnes/superherois per representar les propostes que l'alumnat ens plantegi, així com per viure el procés d'una manera divertida, suggeridora i en plena llibertat. Seran aquests personatges els que compliran el paper de conscienciar l'audiència.
2. Amb la participació activa de l'alumnat, elaborarem un contracte pedagògic (vegeu Annex 1), que doni resposta als seus interessos i que especifiqui els acords, les obligacions i les responsabilitats a què es comprometen per dur endavant el projecte en les millors condicions d'aprenentatge i amb el millor clima de cura mútua possible.
3. Idees prèvies. L'alumnat es fan conscient i expressa el que ja sap/desconeix sobre el projecte.
4. Treballarem sobre tres nuclis d'interès, clarament interrelacionats. A l'hort escolar, treballarem l'agricultura ecològica, els productes de temporada, les varietats locals... Al menjador escolar, treballarem menús saludables, consum responsable i local, dietes equilibrades... A l'aula, analitzarem els impactes dels models alimentaris industrials per comparar-los amb els models agroecològics i de sobirania alimentària. Finalment, vincularem tot el que estem aprenent amb el context local a través de visites a explotacions agrícoles i/o ramaderes, hipermercats i mercats locals, grups de consum...
5. Exposició d'aprenentatges i elaboració del treball final que concentrarem en la preparació d'un mercat ecològic educatiu on exposarem els productes de l'horta, una mostra culinària (*showcooking*) amb receptes originals i un menú setmanal saludable (nutritiu, just, ecològic, de proximitat i amb productes de temporada). En aquestes activitats finals, es presentaran a la comunitat educativa els personatges dels superherois que han acompanyat tot el projecte.
6. Finalment, documentarem tot el procés amb fotos i vídeos perquè el professorat pugui sistematitzar l'experiència i, com un element més de motivació per a l'alumnat i per al conjunt de la comunitat educativa. Es pot optar a alguns dels premis que es convoquen anualment, com el Premio Nacional de Educación para el Desarrollo Vicente Ferrer de l'Agencia Española de Cooperación Internacional (AECID) o el Premio Huertos Educativos Ecológicos que atorga anualment l'Asociación Vida Sana i la Fundación Tríodos. Més informació:

<http://www.aecid.es/ES/la-aecid/educación-y-sensibilización-para-el-desarrollo/el-premio-nacional-de-educación-para-el-desarrollo> i

<https://www.agriculturasocial.org/premio/>



**RESPECTE  
DEL  
TREBALL EN  
EQUIP**

1. Constituir el grup de noies i nois que conformarà cada equip (3 persones mínim, 5 màxim). És interessant que sigui un grup heterogeni, que aportin diferents capacitats.
2. Debat i concreció del procés de treball de manera participativa i amb compromís manifest de complir amb les responsabilitats individuals i de grup (Annex 1, contracte pedagògic).
3. Anàlisi inicial del problema. Posada en comú de coneixements previs sobre aquest. Proposta de temes, enfocaments o aspectes que convé investigar.
4. Repartiment equitatiu de tasques similars (és a dir, tots els membres investiguen, tots els membres analitzen, tots els membres redacten...; la idea és afavorir que els que desenvolupen millor o més fàcilment unes tasques acompanyin els seus companys i comparteixin el seu coneixement, destresa, habilitat...).
5. Treball de recerca i anàlisi. S'hauran marcat terminis per establir els moments de treball individual, els de posada en comú (que poden tenir diversos cicles), els d'anàlisi i debat sobre continguts.
6. Comunicació de resultats en fase esborrany. Moments en què els diferents grups comparteixen i contrasten les seves conclusions amb les de la resta d'equips. Sobre així la possibilitat d'enriquir el treball amb possibles aportacions i suggeriments dels altres companys.
7. Acords i planificació de les activitats finals de comunicació d'aprenentatges.
8. Comunicació i posada en marxa del mercat ecològic, de l'activitat de *showcooking* i la presentació del menú setmanal. És recomanable que tots els nois i noies assumeixin una o diverses responsabilitats, procurant que les tasques no es distribueixin de manera generitzada.

Font: Elaboració pròpia.

La **perspectiva de gènere**, a més, és imprescindible per descobrir i posar en valor el paper rellevant però històricament invisibilitzat que han tingut les dones en tots els àmbits relacionats amb l'alimentació:

- ▶ com a camperoles i productores d'aliments;
- ▶ com a encarregades de l'alimentació a la llar;
- ▶ com a responsables de la cura de les famílies i de l'entorn;
- ▶ com a investigadores i científiques guardianes de llavors, plantes medicinals, coneixedores de física, química, matemàtiques, biologia... necessàries per cuinar els aliments, conservar-lo, per al rendiment de les terres, per a la salut i el benestar...

L'enfocament de sobirania alimentària amb enfocament de gènere no només afecta aquest tipus de continguts, sinó que exigeix també que la metodologia proposada sigui **coeducativa**, per construir equitat i impulsar la corresponsabilitat.

Per a això, suggerim:

- ▶ impulsar la participació activa de les noies, especialment en aquelles tasques/funcions que impliquen protagonisme/visibilitat pública (p.e., accions de comunicació d'aprenentatges davant del grup classe, davant del centre, davant de les famílies...);
- ▶ fer ús d'un llenguatge inclusiu, no sexista i promoure'l entre l'alumnat;
- ▶ incloure en el contracte pedagògic que guiarà el treball de grup la disposició de cada membre a cuidar a la resta de companys i companyes i a crear un ambient de treball segur lliure d'agressions verbals, gestuals o de qualsevol altre tipus, afectiu i agradable;
- ▶ observar, comentar amb l'alumnat, debatre i, si escau, corregir mitjançant accions positives qualsevol actitud sexista, discriminatòria, agressiva/violenta... que es pugui donar en qualsevol dels espais de l'escola;
- ▶ animar noies i nois a assumir de manera no generitzada tot tipus de tasques pròpies de l'hort; si s'escau, animar les noies a utilitzar les eines, a dissenyar espais, a construir tanques... i animar els nois a tenir cura dels planters, elaborar compost...
- ▶ treballar valors de col·laboració, suport mutu, respecte, escolta activa, empatia...

# DESENVOLUPAMENT DE LA PROPOSTA

## FASE 1. MOTIVACIÓ

**R**ecuperem aquí la importància de l'aprenentatge lúdic com a estratègia per motivar l'alumnat i animar-los a explorar l'àmbit de l'alimentació des d'un punt de vista crític i comprensiu.

Els suggerirem participar en un projecte de treball en el qual, com a resultat del treball fet, comptaran amb un trio de superheroïnes i superherois (que els alumnes mateixos protagonitzaran) a través dels quals donaran a conèixer al conjunt de la comunitat educativa molts aspectes importants sobre l'alimentació, la dolenta i la bona.

Sabem els noms d'aquests personatges i que la seva missió fonamental serà conscienciar la comunitat educativa, però hauran de determinar quins són els seus superpoders. Seran els mateixos nois i noies els qui donaran vida a aquests superherois/heroïnes i els qui plantegin com seran les seves intervencions (quan apareixeran, com actuaran, què diran...). D'aquesta manera, es conscienciaran a si mateixos i alhora a la resta de companys del centre, a les famílies i als altres agents de l'entorn. Serà en les activitats finals de comunicació quan aquests personatges tindran un protagonisme especial, si bé durant el procés de treball hauran donat a conèixer al personatge prèviament, presentant alguns continguts a companyes i companys d'altres aules, altres cursos...

Us presentem a...

### SUPERSOSTENIBLE

El seu paper és conscienciar-nos sobre la necessitat de **transitar** cap a models agroecològics que, tenint en compte que vivim en un planeta finit, procuren recuperar la biodiversitat, crear sistemes resilient i afavorir la producció ecològica, el consum local i la **revitalització dels entorns rurals**.





### **SUPERHEALTHY (SUPERSALUDABLE)**

El seu paper és **conscienciar** les persones sobre com incorporar en els seus hàbits alimentaris **dietes** que siguin més **saludables**, no solament per les seves propietats nutricionals, sinó perquè contribueixen també a l'**activació d'una producció i un consum local i responsable**.

### **SUPERJUSTA**

El seu paper és ajudar-nos a entendre les **conseqüències** que tenen els diferents models alimentaris **en la vida de les persones** (condicions laborals dignes, reconeixement dels sabers camperols, reconeixement del paper i dels coneixements de les dones al voltant de l'alimentació i la cura de la vida...) **i en la cura del planeta**.



La primera activitat que hauran de fer és determinar com és cada personatge i quins superpoders té (n'hi hauria prou amb la seva capacitat per conscienciar, però poden afegir algun superpoder perquè s'acosti més a la idea d'un personatge fantàstic de ficció: invisibilitat, força extraordinària, rajos que paralytzen, viatges en el temps, capacitat per volar, per anticipar el futur, velocitat supersònica...), una elecció que hauran de fer d'acord amb el paper que cada un té assignat.

Aquests personatges, un cop construïts, tindran com a missió conscienciar a la resta de l'alumnat i professorat del centre educatiu, a les famílies, als agents socials i a les institucions de l'interès d'apostar per maneres de producció i consum més justos, locals, ecològics, saludables i sostenibles. Però abans, han d'estar preparats i conèixer bé el tema del projecte *Mengem el que sabem!* I això implica analitzar reflexivament tot allò relacionat amb l'alimentació, desenvolupar la capacitat per argumentar sòlidament, en definitiva, haver integrat els aprenentatges necessaris per convertir-se en superheroïnes/superherois.

### Acord inicial

L'enfocament d'educació crítica i transformadora que emmarca aquest projecte dona una importància especial no solament als continguts de treball (perquè estiguin vinculats al currículum, perquè siguin rellevants, per facilitar una comprensió crítica...), sinó també als procediments, a la metodologia, a l'ambient que generem a l'aula i a les relacions que s'hi estableixen dins i fora.

Tots aquests aspectes eduquen i tot això es pot plantejar de manera que afavoreixi el treball col·laboratiu, que permeti reconèixer capacitats diverses, que fomenti un ambient de cooperació i de respecte, que animi a la corresponsabilitat i que vagi contribuint a construir una mirada ètica en la qual els valors d'equitat i de justícia social es vagin desenvolupant de forma progressiva.

Per a això, recorrem al **contracte pedagògic**, un document discutit, negociat i consensuat amb l'alumnat mitjançant la seva participació activa en el procés de definició. Oferim a l'Annex 1 un model possible com a exemple.

## Passos a seguir

1. Convoquem l'assemblea de classe.
2. Els expliquem que l'objectiu és redactar entre totes i tots un contracte pedagògic on explicitarem les normes que regulen el nostre compromís i les nostres responsabilitats respecte a la feina i respecte a les relacions que mantindrem amb els nostres companys i companyes.
3. Els aportem alguns exemples de possibles normes/acords: "Respectarem el torn d'intervenció en els debats", "Prestarem atenció i escoltarem a la persona que estigui parlant...".
4. Els podem suggerir que pensin com volen regular el treball en grup, o els moments de posada en comú, o a què es volen comprometre respecte al projecte *Mengem el que sabem!*
5. En grups, han d'idear i consensuar 3 o 4 normes al voltant dels blocs que els hàgim suggerit.
6. Posada en comú de tots els grups. Debat, negociació i acord final.
7. Redacció del contracte pedagògic<sup>5</sup>.
8. Signatura de cada alumne i alumna.

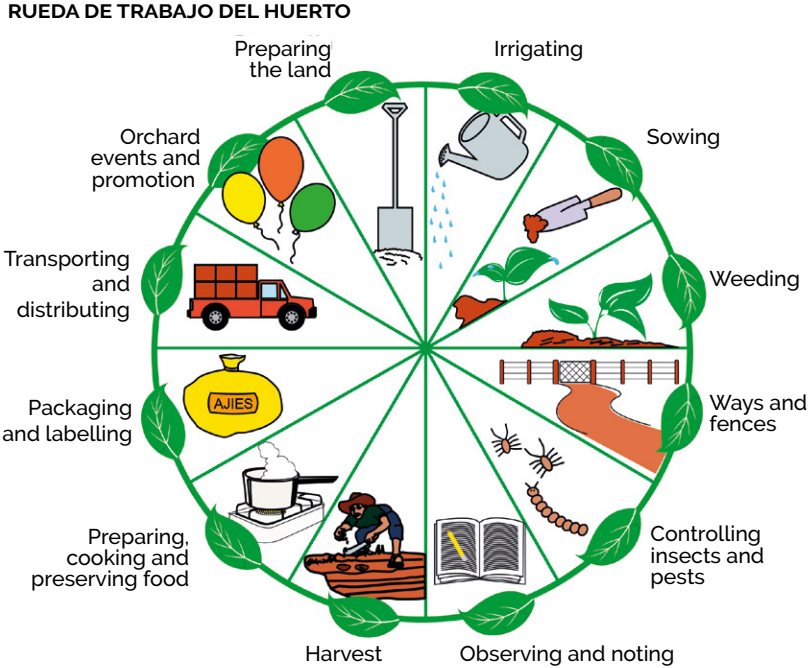
---

5 Seria interessant que també el mestre o la mestra inclogués dos o tres compromisos relacionats amb la seva acció docent per incloure-les al contracte pedagògic, de manera que l'alumnat senti que no són només ells i elles els qui han de relacionar-se i treballar segons uns acords, sinó també la figura docent. (P.e., em comprometo a valorar l'esforç dels meus alumnes i a donar-los suport perquè puguin aprendre millor i de manera cada vegada més autònoma; em comprometo a contribuir a crear un clima agradable a classe on totes i tots ens sentim cuidats i estimats, etc. ).

## FASE 2. IDEES PRÈVIES

Perquè el professorat conegui quins són els coneixements previs al voltant de l'alimentació encertats i/o erronis del seu grup d'alumnes i també perquè el mateix grup sigui conscient de la seva situació de partida, suggerim una possible activitat per a cadascuna de les àrees. Són molt variades les estratègies que podrien permetre detectar aquestes idees prèvies: qüestionaris, debats guiats, resolució de problemes, pluja d'idees, anàlisi de fotos, dibuixos o vídeos..., el que apuntem tot seguit n'és només un exemple.

Quadre 9. Sondeig d'idees prèvies

ÀREA	SUGGERIMENT DE TASQUES
<b>PRIMERA LLENGUA ESTRANGERA</b>	<p>Us presentem la Roda de Treball de l'Hort (el que els donem és una cartolina amb el cercle i la distribució interior en formatgets, però sense omplir). A part, els oferim les targetes, cadascuna amb l'enunciat d'una acció principal en anglès (preparar les parcelles <i>preparing the plots</i>, preparar el terreny <i>preparing the land</i>, sembrar <i>sowing</i>, esbrossar <i>weeding</i>, control d'insectes i plagues <i>controlling insects and pests</i>, regar <i>irrigating</i>, collir/recollir <i>harvest</i>, transportar <i>transporting</i>, distribuir <i>distributing</i>, etc.). Hauran d'ordenar-les en una seqüència lògica a la Roda i acompanyar cada acció amb una il·lustració representativa que ells mateixos i elles mateixes hauran dibuixat.</p> <p><b>RUEDA DE TRABAJO DEL HUERTO</b></p>  <p>The diagram is a circular wheel divided into 12 segments, each representing a different task in a garden. The tasks are labeled in English and accompanied by small illustrations:     <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Preparing the land:</b> Illustration of a shovel digging soil.</li> <li><b>Irrigating:</b> Illustration of a watering can pouring water.</li> <li><b>Sowing:</b> Illustration of a hand sowing seeds into the soil.</li> <li><b>Weeding:</b> Illustration of a hand pulling weeds.</li> <li><b>Ways and fences:</b> Illustration of a garden path and a fence.</li> <li><b>Controlling insects and pests:</b> Illustration of a hand holding a small insect.</li> <li><b>Observing and noting:</b> Illustration of an open book and a magnifying glass.</li> <li><b>Harvest:</b> Illustration of a person carrying a basket of produce.</li> <li><b>Preparing, cooking and preserving food:</b> Illustration of a pot on a stove and a person at a table.</li> <li><b>Packaging and labelling:</b> Illustration of a yellow bag labeled 'AJIES'.</li> <li><b>Transporting and distributing:</b> Illustration of a red truck carrying crates.</li> <li><b>Orchard events and promotion:</b> Illustration of colorful balloons.</li> </ul> </p> <p><a href="http://www.fao.org/ag/humannutrition/21877-061e61334701c700e0f53684791ad06ed.pdf">www.fao.org/ag/humannutrition/21877-061e61334701c700e0f53684791ad06ed.pdf</a></p>

Explorarem les influències culturals en els tipus de dietes i aplicarem criteris d'alimentació justa, saludable i sostenible per poder integrar-los en totes les activitats del projecte. Per a això, proposem treballar amb fotos que reflecteixen hàbits alimentaris en diferents parts del món (vegeu l'Annex 2) sobre les quals desenvoluparem tres tasques senzilles:

1. A la vista del material fotogràfic, cada persona ha de triar la foto que més li agrada i explicar a la resta de la classe per què l'ha escollit.
2. En un segon moment, després de dividir la classe en grups de 4 o 5 persones, repartim dues fotos a l'atzar a cadascú i els demanem que observin els tipus d'aliments que s'hi mostren i que els classifiquin, segons el seu criteri, en saludable / poc saludable. Tot seguit, hauran de presentar el resultat i argumentar per què.
3. Hauran de fer una descripció del conjunt de la foto (incloent-hi les persones, l'espai, el mobiliari...). Amb aquesta tasca, es tracta d'observar com caracteritzen l'espai, si els sembla proper o llunyà, com ho valoren (recorren a estereotips?, què els crida l'atenció?, etc.).

"A beautiful and important book about one of the world's most important subjects." —Eric Schlosser, author of *Fast Food Nation*

# HUNGRY PLANET



## WHAT THE WORLD EATS

PETER MENZEL and FAITH D'ALUISIO • Foreword by Marion Nestle

Font: Menzel, Peter y D'Aluisio, Faith (2007).



ÀREA	SUGGERIMENT DE TASQUES	V	F
EDUCACIÓ FÍSICA	Sabem que l'exercici físic és imprescindible per a una vida saludable i que l'alimentació influeix no solament en la nostra salut, sinó també en el nostre rendiment. Sobre aquesta relació, els proposem una breu llista d'afirmacions, i de cada una hauran de decidir si és veritable o fals.		
	Per millorar el meu rendiment he de guanyar múscul i perdre greix.		✓
	Les begudes energètiques comercials (Red Bull, Burn, Monster...) són les millors per recuperar els líquids que es perden durant l'exercici físic (excés de sucre).		✓
	La set és un indicador de deshidratació.	✓	
	Si realitzo activitat física/exercici, puc menjar i beure el que vulgui.		✓
	Després d'un esforç físic intens, es recomana ingerir aliments.	✓	
	Els suplementes dietètics i vitamínics són imprescindibles per a un rendiment òptim.		✓
	Pots seguir una dieta vegetariana/vegana i ser esportista.	✓	



Font: Elaboració pròpia.

### FASE 3. DESENVOLUPAMENT DEL PROJECTE



Les persones ens alimentem en funció, sobretot, de dos paràmetres: la cultura gastronòmica en la qual ens hem socialitzat (que afecta els aliments que escollim, la manera en què els preparem, els menús que confeccionem, el nombre de menjars que fem...) i les possibilitats econòmiques que tenim (i que limitaran o ampliaran la nostra capacitat de triar entre diferents tipus d'aliments). Tot això, lògicament, segons les condicions del context i l'entorn on vivim. També influeixen altres factors, com ara els gustos, les modes o la publicitat, però ens centrarem sobretot en els primers. Per això, el projecte *Mengem el que sabem!* parteix de la hipòtesi que si augmentem el nostre coneixement sobre l'alimentació menjarem millor i les nostres decisions contribuiran a millorar la vida de les persones (justícia social) i la salut del planeta (justícia mediambiental).

#### Introducció

Per iniciar el projecte *Mengem el que sabem!* proposem visionar un vídeo que ens situarà de manera clara en la temàtica de l'alimentació i que abordarà alguna de les qüestions sobre les quals el grup classe haurà d'aprofundir.



Font: FUHEM: *Alimentando otros modelos. Agricultura ecológica: cuidar las raíces (1 de 3)*

<https://www.youtube.com/watch?v=gy2mY1yLZwY>

Per tirar endavant el projecte, vincularem les activitats a l'hort, el menjador i l'aula com a estratègia per abordar la temàtica des d'una perspectiva global i integradora, alhora que utilitzem procediments d'exploració, investigació, manipulació i comunicació.

I per això l'alumnat haurà de dur a terme una sèrie de tasques en grups petits i que conclouran amb una activitat per socialitzar els resultats i conscienciar a la comunitat educativa sobre l'alimentació justa, saludable i sostenible.

Però abans suggerim una llista de les fonts principals per obtenir informació, així com un model de fitxa molt senzill per sintetitzar-la sistemàticament-la.

### Quin tipus de fonts podem utilitzar?

Hauran de buscar informació sobre els diferents continguts que treballarem i és interessant que utilitzem fonts molt diverses. Totes poden ser necessàries per a diferents moments.

- ▶ Testimonis orals.
- ▶ Textos, articles, documents.
- ▶ Vídeos, pel·lícules, curts, documentals...
- ▶ Blogs , pàgines web, portals.
- ▶ Xarxes socials (Facebook, Twitter, Instagram, Pinterest, Youtube).
- ▶ Viquipèdia.
- ▶ Dades estadístiques (taules, gràfics...).
- ▶ Imatges, fotos, cartells.
- ▶ Mapes, plànols.

Volem destacar i per això l'hem posat en primer lloc el valor que tenen els **testimonis orals** com a font valuosa per obtenir de primera mà informació rellevant per a aquest projecte.

Després d'haver vist el vídeo, poden agafar idees per preguntar a avis i àvies també a pares i mares o a altres familiars, segons els casos si treballaven la terra, què sembraven, si els productes eren només per a consum propi o també els comercialitzaven, quins adobs feien servir...; però també com eren els seus hàbits alimentaris, quines possibilitats tenien de portar una dieta rica i variada, com cuinaven...; qui s'ocupava de les tasques del camp, de l'alimentació i de la cura de les famílies...

És possible també preguntar a productores i productors de la zona, o a les persones que venen al mercat, o a membres de col·lectius locals que estiguin treballant en temes de comerç just i responsable, agroecologia, menjadors escolars, revitalització d'entorns rurals, drets de la pagesia...

## Com sistematitzem la informació?

Suggerim anar bolcant en fitxes la informació que vagin obtenint de les fonts consultades, així aprendran a poc a poc a triar i sintetitzar els conceptes i les idees clau més importants.

Proposem un format de fitxa, senzill, estàndard, que caldrà adaptar en algun cas en funció de la font consultada.

### Quadre 10. Fitxa d'informació

<b>TÍTOL</b>	
<b>ÀREA RELACIONADA:</b>	
<b>AUTORIA:</b> (o persona entrevistada, o associació...)	
<b>ANY:</b>	
<b>TIPUS DE DOCUMENT:</b> (testimoni oral, article, llibre, revista, blog, pàgina web, xarxa social...)	
<b>FONT:</b> (entrevista, premsa nom i data, internet nom de la pàgina i URL, etc.)	
<b>PARAULES CLAU:</b>	
<b>RESUM DE CONTINGUT:</b>	

Font: Elaboració pròpia.

## Què necessitem saber?

Figura 3. Què sé del sistema alimentari?



Font: CERAI (2015).

## Educació Física

	BLOC DE CONTINGUT	CRITERI D'AVUACIÓ
ILLES BALEARS <sup>6</sup>	Activitat física i salut (B4).	B4.1 Reconèixer els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix o una mateixa.

**Hort.** A l'àrea d'Educació Física coordinarem la feina de les noies i els nois a l'hort. És important que coneguin els beneficis de l'exercici físic regular, els seus efectes sobre la salut i el benestar de les persones, com n'és, d'imprescindible, també que integrin i valorin la necessitat de complementar aquesta activitat amb una alimentació adequada. A l'hort, podrem posar en pràctica els principis i les tècniques pròpies de la producció ecològica d'aliments i aprofitarem per aprofundir en el significat d'una alimentació saludable, justa i sostenible.

Hauran de participar en totes les activitats necessàries per posar en marxa l'hort, des del disseny i l'elecció de les llavors i les plantes fins a la sembra, el reg, l'adobament i la recollecció.

**UNITAT DIDÀCTICA DE SUPORT.** *Unidad didáctica. El huerto escolar.*

[https://www.alimentacion.net/sites/default/files/unidad\\_d\\_huerto\\_escolar\\_0.pdf](https://www.alimentacion.net/sites/default/files/unidad_d_huerto_escolar_0.pdf)



Font: Pixabay. <https://pixabay.com/es/fotos/hortalizas-canasta-de-verduras-752153/>

- 6 Per a cada una de les àrees, hem agafat exemples de blocs de contingut i criteris d'avaluació corresponents a una comunitat autònoma determinada, simplement per no repetir la síntesi que ja s'ofereix en els Quadres 3 a 6. És un exemple; cada docent ha de triar els que són propis del seu territori.

Però abans de posar-se mans a l'obra, perquè el desenvolupament del projecte *Mengem el que sabem!* els permeti prendre bones decisions en relació amb la posada en marxa i la cura de l'hort, hauran de buscar informacions rellevants.

- ▶ Activitat física i alimentació. Pot l'alimentació contribuir a millorar la nostra condició física?; una dieta variada i alimentació equilibrada són imprescindibles per a la salut, però què vol dir que, a més de sana, la nostra dieta ha de ser saludable?; convidem una persona esportista i horticultora que ens ho expliqui?; per què és important consumir productes frescos, naturals, de proximitat?; a més dels beneficis individuals, quins altres beneficis té, per exemple, de cara a la pagesia, de cara la societat, de cara al medi ambient?
- ▶ Disseny i organització de l'hort. Preparació del terreny. Quin tipus de sòl tenim?, quina és l'orientació més adequada?, com distribuïm els bancals?
- ▶ Varietats autòctones, locals. Disposem de varietats locals de les verdures i hortalisses que plantarem?, on les podem aconseguir?
- ▶ Productes de temporada. Quines verdures i hortalisses haurem de plantar segons l'estació de l'any?
- ▶ Adobs, compost i fertilitzants naturals. Quins són els adobs i fertilitzants naturals?, què és el compost i per a què serveix?, com podem fer el nostre propi compostador?
- ▶ Planter. On podem aconseguir les llavors?, ha diferents tipus de llavors?, què són els bancs de llavors?, hi ha bancs de llavors en el nostre entorn?, com podem fer el nostre propi planter?

Metodològicament, és interessant que cada un dels grups petits que hem establert a l'aula s'ocupi de rastrejar informació i oferir solucions únicament sobre un o dos d'aquests ítems. D'aquesta manera, tots els grups adquireixen una responsabilitat concreta que redundarà en el benefici de tot el col·lectiu, i es reforçarà així el valor d'una col·laboració que resulta imprescindible per poder tenir cura de l'hort.

Quan els equips hagin acabat el treball de recerca, cada grup haurà de preparar la presentació del contingut que haurà d'exposar als seus companys i companyes. Després de la posada en comú, hauran de decidir col·lectivament què plantaran a l'hort, qui es responsabilitzarà de cada tasca i com establiran els torns de rotació perquè tothom participi de tot el treball que requereix el manteniment de l'hort.

## Primera Llengua Estrangera

	BLOC DE CONTINGUT	CRITERI D'AVUACIÓ
EUSKADI	Comunicació escrita. Llegir i escriure (B3).	B3.4. Comprendre i interpretar textos escrits breus, senzills i sobre temes coneguts, d'àmbits pròxims a l'experiència de l'alumne, captant el sentit global i algunes de les idees principals.
CATALUNYA	Dimensió lectora (B2).	B2.6. Comprendre el sentit global i la informació específica de textos escrits de tipologia diversa i en diferents suports i formats.

**Menjador.** Aquest espai ens permet treballar diferents aspectes que van des de l'elecció del tipus de productes (locals, de proximitat, de temporada, frescos...) i de proveïdors (explotacions petites, de l'entorn, agroecològiques...) fins als procediments de transformació d'aliments (per fer prevaler els aliments frescos i naturals, els processats saludables i eliminar els ultraprocessats) i l'elaboració de menús i dietes saludables.

En el cas de l'àrea de Primera Llengua Estrangera i donada l'amplíssima diversitat de nivells d'aprenentatge que pot haver-hi entre centres, entre aules i dins d'aquestes entre l'alumnat, deixem a criteri docent la determinació de l'ús de la llengua estrangera durant la realització de totes les activitats. Es pot treballar vocabulari, elaborar qüestionaris breus amb estructures gramaticals senzilles, accedir a textos de caràcter divulgatiu que aborden aquests temes, proposar debats utilitzant exclusivament l'anglès com a llengua de comunicació o, si el nivell no és prou alt, proposar que participin en els debats o en les posades en comú incloent-hi alguns dels conceptes que hagin treballat prèviament.

### UNITAT DIDÀCTICA DE SUPORT:

*Comedores escolares ecológicos. Material didáctico.*

<http://entrepueblos.org/ecomenjadors/castellano/arxius/md.pdf>

Suggestim també consultar algunes fonts que ens poden aportar informació dels beneficis de comptar amb menjadors saludables i proposar alguns passos per iniciar la transició:

Garúa / Fundación Daniel y Nina Carasso / Fundación FUHEM: *Fomento de la alimentación saludable y sostenible en centros educativos de la Comunidad de Madrid. Alimentar el cambio* <http://alimentarelcambio.es>



# KETO VEGGIES

▲ BASED ON 1 CUP SERVING



*Kale*  
0 G OF CARBS



*Broccoli Raab*  
0 G OF CARBS



*Watercress*  
0.2 G OF CARBS



*Spinach*  
0.3 G OF CARBS



*Arugula*  
0.4 G OF CARBS



*Green Leaf Lettuce*  
0.5 G OF CARBS



*Swiss Chard*  
0.7 G OF CARBS



*Celery*  
1.4 G OF CARBS



*Cucumber*  
1.5 G OF CARBS



*White Mushrooms*  
1.5 G OF CARBS



*Radish*  
2 G OF CARBS



*Eggplant*  
2.3 G OF CARBS



*Asparagus*  
2.4 G OF CARBS



*Zucchini*  
2.6 G OF CARBS



*Bell Peppers*  
2.6 G OF CARBS



*Cabbage*  
2.9 G OF CARBS



*Cauliflower*  
3.2 G OF CARBS



*Broccoli*  
3.6 G OF CARBS



*Fennel*  
3.6 G OF CARBS



*Green Beans*  
4.2 G OF CARBS

NUTRITIONAL DATA: NDB.NAL.USDA.GOV

FOR MORE INFO VISIT: [WWW.THELITTLEPINE.COM](http://WWW.THELITTLEPINE.COM)

[https://browse.startpage.com/do/show\\_picture.pl?l=espanol&rais=1&oiu=https%3A%2F%2Fwww.thelittlepine.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F09%2FKeto-Vegetables.jpg&sp=24eb-29f92fc38f0860e33572c1b6aff6&t=default](https://browse.startpage.com/do/show_picture.pl?l=espanol&rais=1&oiu=https%3A%2F%2Fwww.thelittlepine.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F09%2FKeto-Vegetables.jpg&sp=24eb-29f92fc38f0860e33572c1b6aff6&t=default)

# LOW-CARB VEGETABLES

RANKED FROM LOWEST TO HIGHEST CARBS



**SPINACH**  
1 CUP: 1 G



**GARLIC**  
1 CLOVE: 1 G



**KALE**  
1 CUP: 1.4 G



**ROMAINE LETTUCE**  
1 CUP: 1.6 G



**CELERY**  
1 STALK: 1.9 G



**CUCUMBER**  
1/2 CUP: 1.9 G



**MUSHROOMS**  
1/2 CUP: 2.2 G



**CAULIFLOWER**  
1/2 CUP: 2.6 G



**ONION**  
1/2 CUP: 3.4 G



**TOMATO**  
1/2 CUP: 3.5 G



**BELL PEPPER**  
1/2 CUP: 3.5 G



**ASPARAGUS**  
1/2 CUP: 3.7 G



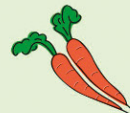
**GREEN BEANS**  
1/2 CUP: 4.9 G



**BROCCOLI**  
1/2 CUP: 5.6 G



**CABBAGE**  
1 CUP: 6.6 G



**CARROTS**  
1 LARGE: 6.9 G



**PEAS**  
1/2 CUP: 12.5 G



**CORN**  
1/2 CUP: 15.6 G



**SWEET POTATO**  
1 CUP: 20.7 G



**RED POTATO**  
1 MEDIUM: 33.9 G

EatingWell

<https://static.onecms.io/wp-content/uploads/sites/44/2018/05/27200157/vegetables-carbs-chart.png>

▶ Hàbits alimentaris. Reflexió sobre els nostres hàbits alimentaris, la nostra dieta, el tipus de consum que fem. Quins són els teus aliments preferits? Acostumes menjar aliments precuinats (pizzas, sopes preparades...)? Quantes peces de fruita menges al dia? Què acostumes a prendre per esmorzar, per dinar i per berenar? Per beure, prens aigua, refrescos...? Amb quina freqüència menges carn a la setmana? I peix? Acompanyes els adults a fer la compra? On soleu comprar els aliments: a la botiga del barri, al mercat, al supermercat? Acostumeu a llegir les etiquetes dels productes?

▶ Eating habits. Reflection on our eating habits, our diet, the type of consumption we make. What are your favourite foods? Do you usually eat pre-cooked foods (pizzas, prepared soups...)? How many pieces of fruit do you eat a day? What do you usually eat at breakfast, lunch and snack? to drink, do you drink water, soft drinks...? How often do you eat meat a week? And fish? Do you campaign your parents to do the shopping? Where do you usually buy food, in the neighbourhood shop, in the market, in the supermarket? Do you usually read product labels?

▶ De l'hort al menjador. Quines verdures i hortalisses ens proporciona el nostre hort? Quins altres aliments haurem d'adquirir en el nostre entorn, sigui al mercat o comprant directament als pagesos i pageses locals, per aconseguir una dieta rica i saludable?

▶ From the orchard to the canteen. What vegetables does our orchard provide us with? What other food will we have to buy in our environment, either in the market or directly from local farmers - to achieve a rich and healthy diet?

▶ Productors i productores locals. Sabem quines petites explotacions agràries hi ha al nostre entorn local? Coneixem mercats locals que puguin proveir-nos de productes frescos i de proximitat? Per què al nostre menjador abunden/escassegen els productes de l'entorn? Convidem a algú que ens ho pugui explicar?

▶ Local farmers. Do we know which small farms exist in our local environment? Do we know local markets that can provide us with fresh and local products? Why are there so few/many local products in our canteen? Do we invite someone who can explain?

▶ Gastronomia local. Quins són els plats propis del lloc on vius? Com es cuinen, quines són les receptes? Hi ha algun plat que es prepari en una data/festa/esdeveniment concret?

▶ Local gastronomy. What are the local dishes? How are they cooked? What are the recipes? Is there a dish prepared at a specific date/party/event?

▶ Transformació dels aliments. Coneixem les tècniques més importants de transformació d'aliments? Quines d'elles són saludables? Aliments naturals, processats i ultraprocessats: quines característiques tenen i en què es diferencien?

▶ Food processing. Do we know the most important food processing techniques? Which ones are healthy, natural, processed and ultraprocessed foods? What are their characteristics and what are the differences between them?

▶ Rebuig alimentari. Què és? Quant menjar llencem? Quin impacte social i mediambiental té? Com podem reduir el malbaratament alimentari?

▶ Food waste. What is food waste? How much food do we throw away? What is its social and environmental impact? How can we reduce food waste?

▶ Menús saludables. Quins serien els criteris que ens permeten afirmar que un menú és saludable? I si a més volem que sigui també just i sostenible?

▶ Healthy menus. What would be the criteria that allow us to affirm that a menu is healthy? What if we also want it to be fair and sustainable?

El primer bloc de preguntes està pensat perquè el responguin individualment. Amb totes les respostes, hauran de veure quins són els hàbits alimentaris majoritaris a l'aula. Després del treball d'investigació que faran sobre la resta de preguntes precedents, els podem demanar que reflexionin i que de nou, individualment posin per escrit en una cartolina un canvi concret que estiguin disposades o disposats a introduir en la seva dieta per fer-la més saludable. Podem dedicar un racó de l'aula a exposar totes les cartolines.

Per treballar la resta de preguntes, cada equip de treball haurà de buscar informació sobre una o dues qüestions. Per poder aconseguir la informació necessària hauran de sortir de l'aula, visitar el comerç local (mercats, botigues..., però també tenir un panorama de grans superfícies si n'hi ha, de manera que puguin contrastar els productes que ofereixen uns i altres, registrar l'origen



dels aliments, comparar preus...), localitzar les explotacions agràries de productores i productors locals...

Al finalzar la recogida y análisis de la información, se hará la puesta en común. Cada grupo expondrá sus conclusiones de forma que el conjunto de la clase tenga la oportunidad de aclarar dudas, completar ideas o realizar aportes para obtener finalmente una visión completa que permita integrar toda la información aportada por cada equipo.

## Ciències Socials

	BLOC DE CONTINGUT	CRITERI D'AVUACIÓ
PAÍS VALENCIÀ	Viure en societat (B3).	B3.7. Relacionar la desigual distribució dels països productors de les principals matèries primeres i fonts d'energia i els països que les consumeixen amb la creació de xarxes de transport, i descriure'n les característiques en relació amb el tipus de productes que es transporten (líquids o sòlids, voluminosos o lleugers) i la distància entre el lloc de producció i el de consum a partir de mapes temàtics.

**Aula i entorn.** A Ciències Socials treballarem els continguts més relacionats amb el funcionament dels sistemes alimentaris i els impactes positius i negatius que generen uns i altres tant per a la vida de les persones com per a la cura del medi ambient.

Com ja hem comentat anteriorment, l'aula es converteix en l'indret on, als nous aprenentatges que es generin com a resultat de l'activitat investigadora dels grups de treball, s'uniran els derivats dels processos seguits en les altres assignatures i espais. Actua així, com a element coordinador del projecte *Mengem el que sabem!* i integra també els resultats de les sortides a l'entorn, de manera que l'alumnat assoleixi una visió global i integrada de l'estat de la qüestió respecte de l'alimentació i de les alternatives que es poden promoure,

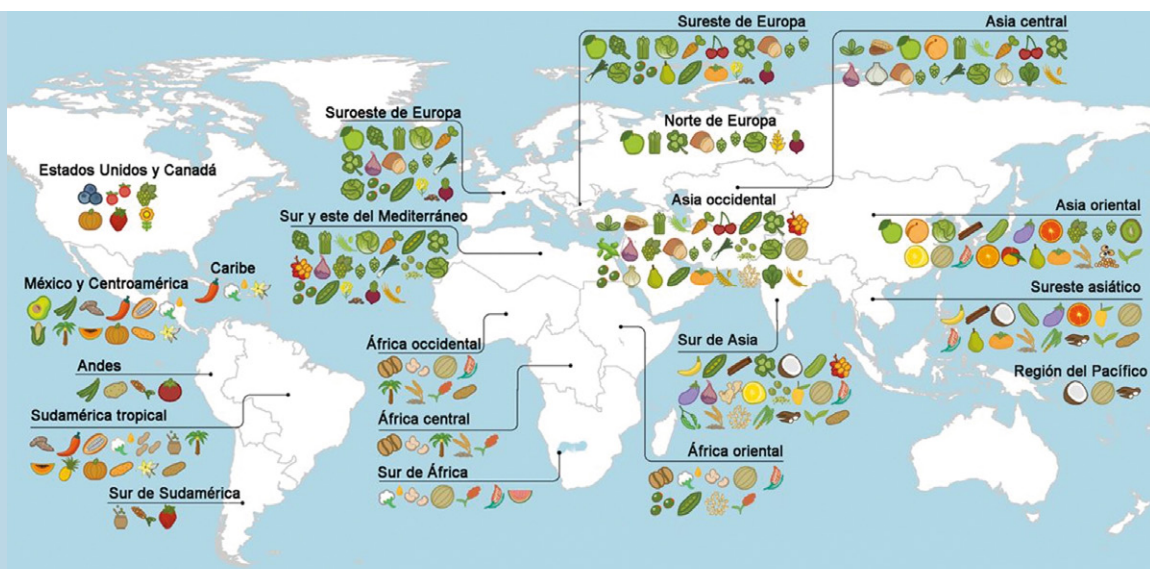
tant pel que fa a compromisos individuals com a accions més col·lectives que impulsin la transició cap a altres models alimentaris més justos, saludables i sostenibles.

### UNITAT DIDÀCTICA DE SUPORT:

*Propuesta didáctica ¡No te comas el mundo! Por una alimentación sana y sostenible.*

<https://www.alimentacion.net/es/recursos/ino-te-comas-el-mundo-por-una-alimentacion-sana-y-sostenible-1>

Figura 4. L'origen dels aliments



Font: BBC News (2016).

- ▶ La producció d'aliments. Quines són les diferències entre la producció industrial d'aliments i la producció local, de proximitat i/o ecològica? En quina d'elles es consumeix més aigua i energia? Què és l'agricultura intensiva? Quins són els seus principals impactes socials i ambientals? (Pensem en desforestació, acaparament de terres, abandonament d'espais rurals, desplaçaments forçats de la pagesia...).
- ▶ La procedència dels aliments. Què són els aliments de proximitat? I els aliments quilomètrics?

- ▶ Qui ens alimenten. En mans de qui està majoritàriament l'alimentació; de la pagesia o de la indústria? Quin és el paper de les dones en l'alimentació? I en la cura de les persones i de la natura? Què hauriem de fer perquè aquesta cura estigués també en mans dels homes corresponsabilitat?
- ▶ Desigualtats. Hi ha relació entre pobresa i mala alimentació? Quines són les causes que expliquen la fam a escala mundial? És un problema de manca d'aliments?
- ▶ Impacte ambiental. Quins efectes tenen sobre la salut de les persones i del planeta l'ús d'adobs químics, plaguicides i fertilitzants? Quins embolcalls s'utilitzen en els supermercats? Com es pot reduir l'ús de plàstics?
- ▶ Canvi climàtic. Què són els gasos d'efecte hivernacle? Quina relació hi ha entre l'agricultura industrial i el canvi climàtic?
- ▶ Malbaratament alimentari. Podem considerar just i sostenible un sistema alimentari que malbarata aliments? Quin és l'impacte del rebuig alimentari en les persones i en el medi ambient?
- ▶ Societat d'(hiper)consum. Què és la "societat d'(hiper)consum"? Com és la publicitat d'aliments, begudes i refrescos? Té algun impacte en els nostres gustos i els nostres actes de consum?
- ▶ Consum local, just i responsable. Hi ha mercats locals en el teu municipi? D'on provenen els aliments que venen? Ha grups de consum al teu municipi? Què són les cistelles ecològiques? Què és el consum just i responsable?

Com a les altres àrees, aquí també treballaran en grups. Cada equip haurà de buscar informació sobre una o dues qüestions que hem plantejat anteriorment, analitzar-la i preparar una síntesi que serà la que presentaran durant la posada en comú que faran més endavant i que servirà per resoldre dubtes, debatre alguns temes i anar integrant els aprenentatges derivats de les experiències coordinades en les altres àrees i en relació amb l'hort i el menjador.

Un cop fet aquest treball, podem passar a la fase següent, que té a veure amb la preparació de les activitats finals de comunicació d'aprenentatges i de sensibilització de la comunitat educativa.

## Activitat continua al llarg del projecte

El procés de creació de Supersostenible, *Superhealthy* i Superjusta serà progressiu, de manera que podem dedicar algun temps (poden ser 10 o 15 minuts a la setmana) per anar donant forma als personatges i per anar assajant com es presenten, com es vesteixen, com es mouen i com comuniquen.

Tot i que aquestes figures tindran més protagonisme durant les activitats finals, quan es presenti a la comunitat educativa tot el treball fet en el projecte hem de tenir en compte que això significa que, en aquest moment, només 3 alumnes podran representar-los i, tanmateix, ens interessa tenir cura que la resta de companyes i companyes sentin que hi han participat i que també han pogut assumir en altres moments i espais el paper de superheroïna/superheroi.

Una possibilitat és que a les posades en comú que farà cada classe per conèixer el treball fet per cada àrea, els equips respectius consensuen qui assumirà el paper de la superheroïna corresponent i que serà l'encarregada de presentar el resultat de la investigació al conjunt de l'aula.

Perquè altres nois i noies diferents també puguin posar-se en la pell del personatge, es pot coordinar amb altres aules o altres cursos la visita del superheroi/superheroïna, que farà una presentació del projecte a alumnat que no està participant en el projecte i que desconeix la temàtica i tot el que estan aprenent al voltant seu.

És interessant prestar atenció al procés pel qual els nois i noies van decidint qui assumeix el personatge en cada moment per assegurar que aquest pugui estar representat per alumnes diferents, des dels més intrèpids fins als més tímids. Sense forçar, però sí donant l'oportunitat a qualsevol noi i noia que hagi participat en el projecte, sense haver de recórrer necessàriament a aquells que tenen més habilitats per a la comunicació.

Hi pot haver moltes variacions, segur que a cada docent se li acudeixen unes quantes, la idea és que es pugui ampliar al màxim el nombre de noies i nois que, en un moment concret, han representat Supersostenible, *Superhealthy* o Superjusta.



## FASE 4. COMUNICACIÓ D'ALLÒ APRÈS

**U**n cop acabada la fase d'investigació, i després d'haver posat en comú els aprenentatges derivats del treball fet en les àrees i en els espais educatius de l'hort i del menjador escolar (Quadre 11), arriba el moment de preparar la sessió final en què farem diferents activitats per comunicar tot el que s'ha après i els compromisos adoptats en el marc del projecte *Mengem el que sabem!*

Quadre 11. Resum d'aprenentatges

MATERIA	APRENTATGES
<b>EDUCACIÓ FÍSICA</b>	<p>Relació entre alimentació i activitat física.</p> <p>Distinció entre alimentació sana i alimentació saludable.</p> <p>Tasques pròpies de l'hort escolar.</p> <p>Identificació de productes de temporada.</p> <p>Coneixement sobre varietats locals.</p>
<b>LLENGUA ESTRANGERA</b>	<p>Localització de mercats, productors i productores locals.</p> <p>Transformació d'aliments. Diferències entre productes naturals, processats i ultraprocessats.</p> <p>Impacte social i mediambiental del rebuig alimentari i accions encaminades a la seva reducció.</p> <p>Criteris per confeccionar menús saludables.</p>
<b>CIÈNCIES SOCIALS / CONEIXEMENT DEL MEDI</b>	<p>Característiques i diferències entre producció industrial d'aliments i la producció local en petites explotacions agràries.</p> <p>Aliments quilomètrics, concepte i implicacions.</p> <p>El paper de les dones en l'alimentació i en la cura; la corresponsabilitat i la implicació dels homes.</p> <p>Desigualtats en el món, relacions entre pobresa i mala alimentació.</p> <p>Relacions entre models alimentaris, deteriorament mediambiental i canvi climàtic.</p> <p>Consum local, just i responsable.</p>

Font: Elaboració pròpia.

### Activitat final

És el moment d'acabar la caracterització definitiva dels personatges que donaran vida als superherois i superheroïnes i que seran els encarregats de dinamitzar les activitats finals de comunicació d'aprenentatges a la comunitat educativa i amb els quals ja haurem fet uns assajos previs (com s'explica a l'"Activitat contínua al llarg del projecte").

Encara que tot el que hem treballat formarà part del que aquests personatges volen compartir a les activitats de tancament mercat ecològic, *showcooking* i

menú saludable, proposem que cada un d'ells faci de mestre de cerimònies en una de les tres. Suggerim el possible repartiment en el Quadre 12.

Quadre 12. Pla d'activitats finals

ON	HORT	MENJADOR	AULA
ÀREA	Educació Física	Llengua Estrangera	Ciències Socials
AMB QUI	Supersostenible	<i>Superhealthy</i>	Superjusta
PER A QUÈ	Mercat ecològic	<i>Showcooking</i>	Menú just, saludable i sostenible

D'aquesta manera, a l'àrea d'Educació Física donarem forma a **Supersostenible**, que ens parlarà de tot el que hem après a l'hort.

A l'àrea de Llengua Estrangera farem el mateix amb **Superhealthy**, que compartirà les idees més interessants sobre les quals hem hagut d'investigar al voltant del menjador.

I en Ciències Socials/Coneixement del Medi, ens ocuparem de construir el personatge de **Superjusta** amb tot el que s'ha treballat a l'aula i en l'entorn.

Superjusta ens aportarà una visió global d'una alimentació saludable, justa i sostenible en dos passos: i) mostrant les conseqüències negatives que es deriven de la mala alimentació i els efectes que té sobre les persones i sobre el planeta l'agricultura industrial i ii) posant l'accent en les alternatives, en allò que podem fer, a títol individual, a l'escoles i en les famílies, amb exemples concrets.

Alhora, en cadascuna de les àrees, a més de donar forma, sentit i contingut al personatge corresponent quan apareix, què diu, com es mou, quin superpoder té, quan el fa servir... han de preparar l'activitat final, així que suggerim una sèrie de tasques per a cada un dels espais:

### Mercat ecològic

- ▶ Triar els productes de l'hort escolar que s'exposaran al mercat ecològic.
- ▶ Preparar una fitxa per a cada un d'ells en la qual figuri el seu nom, la varietat si s'escau, temporada, característiques quines vitamines, minerals, nutrients aportats, beneficis del seu consum, receptes possibles...

- ▶ Confeccionar pòsters diversos per decorar l'espai del mercat. Per exemple, amb les varietats locals de verdures, fruites i hortalisses; calendari de productes de temporada; gastronomia local...
- ▶ Aconseguir el material necessari per muntar el mercat, taules, estovalles decoratives, caixes per exposar els productes, panells per col·locar els pòsters; pinces per subjectar les fitxes, tendal per protegir les taules i expositors...
- ▶ Decidir el programa, quan apareix **Supersostenible**, preparar un guió que l'ajudi a fer la presentació, a presentar els aprenentatges, a animar les persones assistents a consumir productes locals, frescos, naturals, de proximitat...
- ▶ Preparar un tac de fulles (cada full DIN A4 es pot tallar en 4 trossos), un pot amb bolígrafs o llapis i una caixa de cartró tancada amb una obertura a la part superior i una llegenda que digui: *Per afavorir la producció local, em comprometo a...* Animar el públic a expressar el que creu que pot fer per enfortir la producció local. N'hi ha prou amb una acció, amb un compromís.

### Showcooking

- ▶ Triar els productes de l'hort escolar que s'exposaran al mercat ecològic.
- ▶ Preparar una fitxa per a cada un d'ells en la qual figuri el seu nom, la varietat si s'escau, temporada, característiques quines vitamines, minerals, nutrients aportats, beneficis del seu consum, receptes possibles...
- ▶ Confeccionar pòsters diversos per decorar l'espai del mercat. Per exemple, amb les varietats locals de verdures, fruites i hortalisses; calendari de productes de temporada; gastronomia local...
- ▶ Aconseguir el material necessari per muntar el mercat, taules, estovalles decoratives, caixes per exposar productes, panells per col·locar els pòsters; pinces per subjectar les fitxes, tendal per protegir les taules i expositors...
- ▶ Decidir el programa, quan apareix **Supersostenible**, preparar un guió que l'ajudi a fer la presentació, a presentar els aprenentatges, a animar les persones assistents a consumir productes locals, frescos, naturals, de proximitat...
- ▶ Preparar fulls (cada full DIN A4 es pot tallar en 4 trossos), un pot amb bolígrafs o llapis i una caixa de cartró tancada amb una obertura a la part superior i una llegenda que digui: "Per afavorir la producció local, em comprometo a...". Animar el públic a expressar el que creu que pot fer per enfortir la producció local. N'hi ha prou amb una acció, amb un compromís.
- ▶ També aquí poden posar uns quants fulls, bolígrafs i caixa com hem descrit en l'activitat precedent en aquest cas amb el lema *My healthy commitment...* perquè sigui el públic assistent qui expressi el seu compromís. Aquesta caixa es pot situar en un racó on s'exposi al seu torn el mural que recollia els compromisos d'alumnat que ja van expressar a l'aula.

## Menú saludable

- ▶ Preparació d'un cartell de grans dimensions on presentaran el menú saludable del menjar principal corresponent a una setmana que oferirà el menjador escolar o que seria desitjable que oferís<sup>7</sup>.

Figura 5. Menú setmanal saludable



Después se pueden proponer recetas que cumplan la planificación semanal:



Font: Agència de Salut Pública de Catalunya (2017: 15).

- ▶ Il·lustració del cartell amb dibuixos i/o imatges que el faci atractiu.
- ▶ Elecció del punt on es col·locarà i la preparació de l'espai (poden posar unes taules on s'exposin alguns dels productes que porten els menús, decorar amb pòsters piràmide alimentària; grups de nutrients... l'espai del voltant, etc.).

7 Hi ha centres on no serà possible (o serà un procés llarg) modificar el menú del menjador tal com suggerim en aquesta activitat. Per exemple, en el cas de Euskadi els que estan acollits al sistema de gestió directa que deixa en mans de les empreses de càtering adjudicatàries la gestió del menjador, encara que a partir del curs 2019-2020 sembla que un canvi de normativa permetrà a les AMPA que ho vulguin assumir tot el procés de gestió del menjador escolar. Tanmateix, suggerim mantenir-la perquè permet a l'alumnat la reflexió sobre quin tipus d'alimentació és més saludable.

- ▶ Distribució entre l'alumnat de l'explicació de les característiques del menú que es proposa cada dia.
- ▶ Preparació del guió que utilitzarà **Superjusta** per donar les explicacions de per què aquest menú que presenten és just, saludable i sostenible (d'on provenen els ingredients que estan utilitzant, com han estat cultivats o adquirits, per què són respectuosos amb les persones i amb el medi ambient...).

Les tres activitats es poden fer el mateix dia o en dies consecutius. En qualsevol cas, hi ha una altra sèrie de tasques que també han de preparar amb antelació:

Es pot gravar en vídeo l'activitat per registrar tots els esdeveniments del dia. Un cop editat, es pot pujar al web del centre. Comptar amb aquest tipus de recursos, vídeos, entrevistes, fotos... és interessant per documentar l'activitat i per poder presentar-la a altres escoles, a jornades i trobades, a premis educatius...

Han de decidir i preparar com faran la difusió d'aquestes activitats a la resta de classes, al professorat i a altres agents del centre (cuineres, educadores i educadors del menjador, personal d'administració i serveis, personal de neteja...), a les famílies, a productors i productores, a altres actors rellevants de l'entorn.

Per exemple, si prepararan un petit programa amb els horaris, amb els espais, amb plànols per ubicar cada activitat... o si dissenyaran un fullet... o si redactaran una carta perquè l'alumnat la porti a casa...

Tot seguit, el grup classe ha de decidir quins canals de difusió seran els més adequats: anunci al web/bloc del centre, difusió per correu electrònic, col·locació de pòsters en llocs visibles de l'escola i en altres punts significatius del barri, entrega del programa directament a les seves famílies...

Tot això es farà, com és natural, amb l'acompanyament, la dinamització i la tutorització del personal docent. El professorat haurà de supervisar també el repartiment de tasques, perquè totes i tots puguin participar-hi i tenir un cert protagonisme el dia de les activitats finals, animant-los a assumir responsabilitats no marcades pel gènere (animar els nens a cuinar, a encarregar-se de la *showcooking*, animar les nenes a ser elles les que gravin en vídeo...).

# AVALUACIÓ

**C**entrada en el procés, participativa i global. Encaminada a valorar no tan sols l'aprehensió/apropiació/integració de continguts -cognitius, emocionals, procedimentals-, sinó també de capacitats que enforteixin la construcció de ciutadania crítica: responsabilitat, consciència crítica, coeducació, compromís amb l'equitat i la justícia social per a la sostenibilitat de la vida.

Aquí suggerim 5 rúbriques per avaluar diferents dimensions integrades al procés d'aprenentatge resultant d'aplicar la metodologia d'aprenentatge basat en projectes, concretament:

- ▶ Rúbrica de observación de género
- ▶ Rúbrica de evaluación de competencias clave
- ▶ Rúbrica de evaluación de contenidos
- ▶ Rúbrica de evaluación del trabajo en grupo
- ▶ Alumnado evalúa

## Quadre 13. Rúbrica d'observació de gènere

# POSA'T LES ULLERES LILES!!

Enfocament de cures  
Llenguatge inclusiu, no sexista  
Apoderament de les noies  
Coneixement no androcèntric  
Consciència i pràctica de drets  
Relacions de poder no autoritàries



	EQUITAT DE GÈNERE I BONA CONVIVÈNCIA	BON POTENCIAL PER A RELACIONS EQUITATIVES	TENSIONS MOTIVADES PER GÈNERE	DESIGUALTAT DE GÈNERE
Com s'han format els grups? Tendeixen a formar grups segregats o mixtos?	S'agrupen d'una manera equilibrada.	La majoria de grups són mixtos.	En general són segregats, alguns mixtos.	Totalment separats.
Com es reparteixen els rols dins dels grups?	S'estableix rotació de rols perquè totes les persones desenvolupin capacitats diverses (lideratge, representació, comunicació...).	En la majoria de grups s'han repartit les tasques i rols de manera equitativa, però no en tots.	En la majoria de grups el repartiment té biaix de gènere.	Les noies solen ocupar-se més de tasques de suport i mediació que de lideratge i representació.
Quantes de les persones portaveus dels grups són noies?	Més del 60%.	Entre el 30 i el 60%.	Menys d'un 30%.	Cap.
Es tenen en compte de la mateixa manera les necessitats i els interessos de noies i noies en els grups de treball?	Les necessitats i interessos de noies i noies s'escullen, valoren, reconeixen i expressen en el treball que s'està desenvolupant sense cap diferència en relació al gènere.	Les necessitats i interessos de noies i noies s'escullen aparentment amb igualtat, però en el conjunt del treball final s'observa més representació de les opinions dels noies, i no es valoren, implícitament, les aportacions de les noies de la mateixa manera.	Les necessitats i interessos de les noies aparentment s'escullen però tenen poc reconeixement i representació en el treball grupal.	Les necessitats i interessos de les noies solen quedar-se en segon pla, les seves aportacions s'infravaloren o no se'ls dona importància en el desenvolupament del treball en grup.

	<b>EQUITAT DE GÈNERE I BONA CONVIVÈNCIA</b>	<b>BON POTENCIAL PER A RELACIONS EQUITATIVES</b>	<b>TENSIONS MOTIVADES PER GÈNERE</b>	<b>DESIGUALTAT DE GÈNERE</b>
<b>Hi ha hagut algun conflicte o tensió per motius de gènere?</b>	El grup té una bona harmonia i ha desenvolupat la capacitat d'intervenir de forma positiva per regular els possibles conflictes que sorgeixin per qüestió de gènere.	Pràcticament no hi ha hagut tensions i el grup les ha resolt amb normalitat.	Hi ha algunes tensions en aquest sentit, però puntuals, no identifico si tenen a veure amb el gènere.	Faites de respecte, no fer cas d'algué o discriminacions. Sovint es produeixen cap a les noies i persones transgènere, però també cap a altres persones en relació amb la imatge o els estereotips de gènere ("marimacho", "bollera", "marrieta", "grassa", "quatre-ulls", etc.).
<b>S'han observat interrupcions a l'hora de parlar?</b>	Respecten el torn de paraula i escolten les opinions de la resta.	Pràcticament no hi ha hagut interrupcions, i quan n'hi ha hagut no s'ha observat desviació per motius de gènere.	Hi ha hagut algunes interrupcions, algunes han afectat les noies.	Hi ha hagut interrupcions constants i la majoria han afectat les noies.
<b>S'han abordat els continguts des d'una perspectiva de gènere?</b>	S'han interessat per conèixer el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació.	Gairebé sempre han mostrat interès per conèixer el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació.	Només en alguns casos han mostrat interès per conèixer el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació.	No han mostrat interès per conèixer el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació.

Font: Elaboració pròpia.



Quadre 14. Rúbrica d'avaluació de competències clau

Nivell d'adquisició de la competència				
Competències Estàndard d'aprenentatge	Ho aconsegueix	No totalment	Amb dificultat	No ho aconsegueix
<b>Competència en comunicació lingüística</b> Comprèn textos senzills en diferents formats (orals, escrits, audiovisuals...) que aborden la problemàtica de l'alimentació des de diferents punts de vista.	És capaç de resumir el contingut i extraure les idees principals de textos (orals, escrits o audiovisuals), que aborden la problemàtica de l'alimentació. També és capaç d'organitzar aquestes idees clau ordenant-les de més a menys importància.	És capaç de resumir el contingut i extraure les idees principals de textos (orals, escrits o audiovisuals), que aborden la problemàtica de l'alimentació.	El resum del contingut presenta algunes llacunes. Només assenyalava algunes de les idees principals dels textos (orals, escrits o audiovisuals) que aborden la problemàtica de l'alimentació.	El resum és confús, no pot assenyalat les idees principals dels textos que aborden la problemàtica de l'alimentació.
<b>Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia</b> Selecciona i utilitza els procediments matemàtics adequats per calcular, representar i interpretar la realitat.	Aplica correctament els procediments matemàtics necessaris per dissenyar i distribuir l'espai que ocuparà l'hort escolar, tenint en compte factors relacionats amb el clima, l'exposició solar i l'accessibilitat.	Aplica gairebé sempre de manera correcta els procediments matemàtics necessaris per dissenyar i distribuir l'espai que ocuparà l'hort escolar, tenint en compte alguns factors relacionats amb el clima.	Només a vegades aplica correctament els procediments matemàtics necessaris per dissenyar i distribuir l'espai que ocuparà l'hort escolar.	No aplica correctament els procediments matemàtics necessaris per dissenyar i distribuir l'espai que ocuparà l'hort escolar.
<b>Competència digital</b> Explora continguts digitals relacionats amb l'alimentació fent servir criteris de rellevància dels continguts i presència de l'enfocament de gènere.	Identifica i gestiona diverses fonts digitals per extraure informació rellevant sobre qüestions relacionades amb l'alimentació. Sempre utilitza criteris de rellevància en els continguts i té en compte els que poden oferir informació sobre el paper de les dones en l'alimentació i les cures.	Identifica i gestiona algunes fonts digitals per extraure informació sobre qüestions relacionades amb l'alimentació. Sol fer servir criteris de rellevància en els continguts, a vegades té en compte els que poden oferir informació sobre el paper de les dones en l'alimentació i les cures.	Utilitza algunes fonts digitals que ofereixen informació bàsica sobre qüestions relacionades amb l'alimentació. Molt poques vegades identifica continguts rellevants.	Té dificultats per utilitzar fonts digitals que ofereixen informació bàsica sobre qüestions relacionades amb l'alimentació. No sol identificar continguts rellevants.

Nivell d'adquisició de la competència	
Ho aconsegueix	No totalment
Amb dificultat	No ho aconsegueix
<p><b>Competències socials i cíviques</b></p> <p>Aborda la problemàtica de l'alimentació des de la seva experiència, valorant-la de manera crítica per identificar les conseqüències que tenen els nostres hàbits de consum tant sobre l'entorn local com a escala global. Explica la influència del comportament humà en el medi natural, identificant l'ús sostenible dels recursos naturals i proposant algunes mesures necessàries per garantir la producció d'aliments saludables, especificant-ne els efectes positius.</p>	<p><b>Competència motriu</b></p> <p>Integrar en la vida quotidiana de forma conscient l'activitat física, en qualsevol de les seves expressions, com a element indispensable per a la cura i la millora de la salut en la seva integritat i el gaudi d'una vida equilibrada.</p>
<p>Es capaç d'analitzar els seus hàbits alimentaris i de relacionar-los amb la problemàtica de l'alimentació. És capaç d'avaluar els impactes del model actual sobre la vida de les persones i la salut del planeta. Identifica clarament els canvis individuals i col·lectius necessaris per transitar cap a un altre model més just, sostenible i saludable.</p>	<p>Es capaç d'analitzar els seus hàbits alimentaris i de relacionar-los amb la problemàtica de l'alimentació. Coneix els principals impactes socials i ambientals del model actual. Identifica alguns canvis necessaris en l'àmbit individual per adoptar un consum responsable.</p>
<p>Es capaç d'analitzar els seus hàbits alimentaris però té alguna dificultat per relacionar-los amb la problemàtica de l'alimentació. Coneix alguns impactes socials i ambientals del model actual. Li costa identificar els canvis necessaris per adoptar un consum responsable.</p>	<p>Té dificultats per analitzar els seus hàbits alimentaris i valorar en quina mesura són o no són justos, saludables i sostenibles. Mostra dificultats de comprensió i abast sobre què vol dir adoptar un consum responsable.</p>
<p>Es capaç d'argumentar els beneficis que aporta una alimentació saludable i de relacionar-los amb la millora de les capacitats per desenvolupar activitats físiques i dur una vida plena, en harmonia amb les altres persones i l'entorn.</p>	<p>Es conscient de la relació entre alimentació saludable i activitat física. És capaç d'enumerar alguns dels beneficis que això comporta per dur una vida plena, en harmonia amb les altres persones i l'entorn.</p>
<p>Es conscient de la relació entre alimentació saludable i activitat física. Té algunes dificultats per enumerar alguns dels beneficis que això comporta per dur una vida plena, en harmonia amb les altres persones i l'entorn.</p>	<p>Sap que hi ha alguna relació entre alimentació saludable i activitat física. Només amb suport docent és capaç d'enumerar algun benefici de fer activitat física de manera regular.</p>

Nivell d'adquisició de la competència				
Competències Estandard d'aprenentatge	Ho aconsegueix	No totalment	Amb dificultat	No ho aconsegueix
<p><b>Sentit de la iniciativa i esperit emprenedor</b></p> <p>Imaginar, dissenyar i portar a terme iniciatives relacionades amb la problemàtica de l'alimentació que impliquin compromisos/accions de sensibilització, de presa de consciència i canvi d'actitud a favor d'un model alimentari just, sostenible i saludable.</p>	<p>És capaç d'idear, planificar i executar projectes col·laboratius de sensibilització de la comunitat educativa. Utilitza els seus coneixements i la seva creativitat per donar contingut a l'acció de les superheroïnes i superherois que guiaran les activitats finals de comunicació d'aprenentatges.</p>	<p>Ha participat activament en la posada en marxa d'un projecte col·laboratiu de sensibilització de la comunitat educativa. Ha utilitzat els coneixements apresos i s'ha implicat en la construcció dels personatges (<i>Superhealthy</i>, <i>Supersostenible</i> i <i>Superjusta</i>).</p>	<p>Ha participat en algunes de les accions de sensibilització de la comunitat educativa. Ha aplicat alguns dels coneixements apresos en la construcció dels personatges.</p>	<p>Deixa que la resta de companys i companyes ideïn i posin en marxa accions de sensibilització i comunicació d'aprenentatges a la comunitat educativa, assumint tasques de perfil baix i poc compromís.</p>
<p><b>Consciència i expressions culturals</b></p> <p>Apropar-se a diferents cultures gastronòmiques mitjançant el contrast de la cultura local amb les d'altres territoris –de l'Estat espanyol i/o del món. Visibilitzar de manera explícita el paper de les dones en l'alimentació. Participar de forma equitativa –no estereotipada per rols de gènere– en les activitats desenvolupades a l'hort, el menjador, l'aula i el centre educatiu.</p>	<p>És capaç de relacionar els seus hàbits alimentaris amb la cultura gastronòmica del seu territori i de contrastar-la amb la d'altres indrets. Identifica el paper de les dones en l'alimentació i es mostra disposat a assumir una actitud de coresponsabilitat pel que fa a la cura de les persones i la natura. Relaciona els aprenentatges adquirits mitjançant la seva participació en les activitats de l'hort i del menjador amb els canvis que cal adoptar per transitar cap a un model just, saludable i sostenible.</p>	<p>És capaç de relacionar els seus hàbits alimentaris amb la cultura gastronòmica del seu territori i de contrastar-la amb la d'altres indrets. Coneix el paper de les dones en l'alimentació. Relaciona alguns dels aprenentatges adquirits mitjançant la seva participació en les activitats de l'hort i del menjador amb algun dels canvis necessaris per transitar cap a un model just, saludable i sostenible.</p>	<p>Sap que al món hi ha aliments i menjars molt diferents. És conscient del paper de les dones en l'alimentació. No sempre aconsegueix relacionar les activitats de l'hort i del menjador amb els canvis necessaris per transitar cap a un model just, saludable i sostenible.</p>	<p>Sap que al món hi ha aliments i menjars molt diferents. No és conscient del paper de les dones en l'alimentació. Té grans dificultats per relacionar les activitats de l'hort i del menjador amb els canvis necessaris per transitar cap a un model just, saludable i sostenible.</p>

Fuente: Elaboración propia.

Quadre 15. Rúbrica d'avaluació de continguts

Àrea	Bloc	Criteris d'avaluació	Ho aconseguix	No totalment	Amb dificultat	No ho aconseguix
<p><b>Ciències Socials</b></p>	<p>El món on vivim i la seva conservació (B2).</p>	<p><b>B2.17</b> Explicar la influència del comportament humà en el medi natural, identificant l'ús sostenible dels recursos naturals proposant una sèrie de mesures necessàries per al desenvolupament territorial sostenible de les societats, especificant-ne els efectes positius.</p>	<p>Explica clarament i de forma argumentada la necessitat de fer un ús sostenible dels recursos naturals, ho relaciona amb l'activitat desenvolupada a l'hort, al menjador i a l'aula. És capaç d'identificar les mesures i actuacions que condueixen a la millora de les condicions ambientals del nostre planeta i la vida de les persones.</p>	<p>Exposa els arguments essencials de la necessitat de fer un ús sostenible dels recursos naturals, ho relaciona amb l'activitat desenvolupada a l'hort, al menjador i a l'aula. Assenyala alguna mesura per a la millora de les condicions ambientals del nostre planeta i la vida de les persones.</p>	<p>Explica amb algunes dificultats la necessitat de fer un ús sostenible dels recursos naturals, ho relaciona amb l'activitat desenvolupada a l'hort, al menjador i a l'aula però sense integrar el conjunt. Amb prou feines assenyala alguna mesura per millorar les condicions ambientals del nostre planeta i la vida de les persones.</p>	<p>Afirma la necessitat de fer un ús sostenible dels recursos naturals però no aporta arguments rellevants. Només ho relaciona amb alguna activitat solta de les fetes a l'hort, al menjador i a l'aula. No és capaç d'assenyalar alguna mesura per millorar les condicions ambientals del nostre planeta i la vida de les persones.</p>

Àrea	Bloc	Criteris d'avaluació	Ho aconseguix	No totalment	Amb dificultat	No ho aconseguix
Primera Llengua Estrangera	Comunicació oral. Escoltar, parlar i conversar (B2).	<b>B2.3</b> Participar de manera simple i comprensible en situacions interactives habituals que requereixin un intercanvi directe d'informació, respectant les normes de l'intercanvi comunicatiu.	Mostra sempre una actitud molt favorable a parlar en públic i s'expressa correctament. Estructura perfectament el missatge que vol comunicar. Es capaç d'aportar arguments sòlids per justificar la importància de promoure una alimentació saludable, justa i sostenible.	La majoria de vegades mostra una actitud favorable a parlar en públic i en general s'expressa correctament. Sol estructurar el missatge que vol comunicar. Es capaç d'aportar alguns arguments a favor de la importància de promoure una alimentació saludable, justa i sostenible.	Algunes vegades s'anima a parlar en públic, l'expressió és millorable. Estructura amb ajut el missatge que vol comunicar. Proposa l'alimentació saludable, justa i sostenible com a alternativa però amb prou feines aporta arguments rellevants.	Gairebé mai s'anima a parlar en públic i sempre té dificultats per expressar-se amb correcció. El missatge no és estructurat, no pot explicar la importància de promoure una alimentació saludable, justa i sostenible.
	Comunicació escrita. Llegir i escriure (B3).	<b>B3.4</b> Comprendre i interpretar textos escrits breus, senzills i sobre temes coneguts, d'àmbits propers a l'experiència de l'alumnat, captant el sentit global i algunes de les idees principals.	Es capaç d'interpretar textos complexos que aborden la problemàtica de l'alimentació. Redacta correctament i és capaç d'expressar les idees principals que expliquen la necessitat de promoure canvis individuals i col·lectius per transitar cap a models alimentaris més justos, saludables i sostenibles.	Es capaç d'interpretar alguns textos complexos que aborden la problemàtica de l'alimentació. En general redacta bé i és capaç d'expressar les idees principals que expliquen la necessitat de promoure canvis individuals i col·lectius per transitar cap a models alimentaris més justos, saludables i sostenibles.	Es capaç d'interpretar textos senzills que aborden la problemàtica de l'alimentació. La redacció presenta algunes deficiències i té dificultats per expressar les idees principals que expliquen la necessitat de promoure canvis individuals i col·lectius per transitar cap a models alimentaris més justos, saludables i sostenibles.	Pot interpretar, amb ajut docent, alguns textos senzills que aborden la problemàtica de l'alimentació. La redacció és deficient i no és capaç d'expressar les idees principals que expliquen la necessitat de promoure canvis individuals i col·lectius per transitar cap a models alimentaris més justos, saludables i sostenibles.

Àrea	Bloc	Criteris d'avaluació	Ho aconsegueix	No totalment	Amb dificultat	No ho aconsegueix
<b>Educació Física</b>	Activitat física i salut ( <b>B4</b> ).	<b>B4.8</b> Mantenir conductes actives d'acord amb el valor de l'exercici físic per a la salut, mostrant interès per a la cura del cos, els hàbits posturals i alimentaris, evitant el consum de drogues i conductes que puguin generar addiccions conductuals.	És capaç de relacionar la importància de combinar una activitat física adequada amb una alimentació sana per portar un estil de vida saludable. Incorpora als seus hàbits quotidians el consum d'aliments locals, de temporada i/o ecològics.	Reconeix la importància de l'activitat física i de l'alimentació sana. Incorpora als seus hàbits quotidians el consum d'aliments locals.	Només a vegades estableix la relació entre activitat física i alimentació sana.	No estableix relacions substantives entre activitat física i alimentació sana.

Font: Elaboració pròpia

## Quadre 16. Rúbrica d'avaluació del treball en grup

### Competència d'aprendre a aprendre

Aprofitar l'espai col·laboratiu que suposa el treball per projectes per: a) explorar les possibilitats pròpies en el desenvolupament d'habilitat per a la participació, la relació amb els altres, la comunicació efectiva i, b) observar i aprendre de les diferents estratègies d'aprenentatge desplegades pels companys i companyes, especialment pel que fa a les tasques de recerca (cerca d'informació, contrast de fonts, anàlisi, entrevistes, visites; capacitat d'anàlisi, síntesi i comunicació) associades al treball al voltant de l'alimentació justa, saludable i sostenible.

	Excel·lent	Molt bé	Bé	Insuficient
<b>Satisfacció pel treball en equip</b>	Ha mostrat una elevada satisfacció per poder treballar en grup i desenvolupar un projecte de manera col·laborativa.	S'ha sentit còmode en el treball de grup i ha pogut participar en el projecte desenvolupat de manera col·laborativa.	Ha participat sense entusiasme però amb correcció en el projecte desenvolupat de manera col·laborativa.	No s'ha sentit a gust treballant en equip.
<b>Realització de les tasques grupals</b>	Ha mantingut una actitud positiva i proactiva, aportant les seves capacitats al grup i aprenent de les de la resta de companyes i companys. Ajuda a crear un ambient de treball adequat i accepta les crítiques i recomanacions de la resta de companys i companyes.	Ha mantingut una actitud activa i s'ha responsabilitzat de les tasques que li han correspost. Sol ajudar a crear un ambient de treball adequat i accepta la majoria de crítiques i recomanacions de la resta de companys i companyes.	Ha fet les tasques assegurant el mínim necessari, però sense implicar-s'hi més. No ajuda a crear un ambient de treball adequat i no sol acceptar les crítiques ni les recomanacions de la resta de companys i companyes.	No sempre ha complert amb les tasques assignades pel que fa al temps i la forma de fer-les. Crea mal ambient de treball. Critica els companys i companyes, però no accepta les crítiques de la resta.

	Excel·lent	Molt bé	Bé	Insuficient
<b>Responsabilitat individual</b>	<p>Ha complert amb totes les activitats assignades.</p> <p>Organitza molt bé les tasques i administra el temps de manera eficient.</p>	<p>Ha fet la gran majoria d'activitats.</p> <p>Organitza bé les tasques i el temps per fer-les.</p>	<p>Només ha fet algunes de les activitats proposades.</p> <p>La planificació de les tasques i l'organització del temps són millorables.</p>	<p>No fa cap activitat.</p> <p>La planificació de les tasques és caòtica i els temps previstos clarament insuficients.</p>
<b>Participació</b>	<p>Demuestra gran interès pels temes abordats, formula preguntes pertinents, hi contribueix amb les seves opinions i reflexions, participa activament en els debats de classe i en les activitats programades.</p>	<p>Té interès pels temes abordats, hi contribueix amb les seves opinions i reflexions, participa activament en els debats de classe i en les activitats programades.</p>	<p>Demuestra interès moderat pels temes abordats, participa en els debats de classe en la mesura que se li demana la seva opinió i només en algunes de les activitats programades.</p>	<p>Mostra poc interès pels temes abordats, té dificultats per mostrar les seves opinions i reflexions i només participa en els debats de classe i en les activitats programades si és imprescindible.</p>



Actitud i valors	Excel·lent	Molt bé	Bé	Insuficient
	<p>Es mostra més crític o crítica gràcies a la informació que ha rebut.</p> <p>És conscient de la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Mostra predisposició per fer un canvi d'alimentació amb hàbits més saludables i un consum més responsable.</p> <p>Mostra solidaritat i empatia tant amb realitats i persones properes com llunyanes. També ho és amb la conservació del planeta, ja que entén la interrelació entre consum i impacte ambiental i social.</p>	<p>Comença a mostrar-se més crític o crítica gràcies a la informació que ha rebut.</p> <p>Comença a ser conscient de la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Mostra disposició a fer alguns canvis per practicar una alimentació més saludable i amb un consum més responsable.</p> <p>Mostra solidaritat i empatia amb les realitats properes i amb la conservació del planeta.</p>	<p>Poc esperit crític, tendeix a repetir el que diu la informació de la que disposa.</p> <p>Té dificultats per traçar la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Mostra disposició a fer els canvis en l'alimentació que no li suposin renunciar al model poc saludable i sostenible que ha mantingut fins al moment.</p> <p>Mostra poca solidaritat i empatia davant els problemes socials i ambientals presentats.</p>	<p>Té dificultats per analitzar la informació críticament.</p> <p>No és capaç de comprendre la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>No mostra disposició a assumir canvis per practicar una alimentació més saludable i amb un consum més responsable.</p> <p>No mostra solidaritat amb les persones pobres ni amb el planeta i, a més, fa comentaris desafortunats i/o poc respectuosos.</p>

Font: Elaboració pròpia.

## Quadre 17. L'alumnat avalua

PROCÉS ENSENYAMENT-APRENTATGE	AUTOAVALUACIÓ
<p><b>Sobre l'actuació docent</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ La persona docent ha expressat amb claredat la proposta de treball, ha resolt els dubtes plantejats i s'ha adaptat als ritmes de la classe.</li> <li>▶ La persona docent ha generat un ambient d'aprenentatge que ha incentivat una interacció social positiva, la participació activa en les tasques d'equip i la motivació per aprendre.</li> <li>▶ La persona docent ha promogut la cerca activa, la col·laboració i la interacció de suport mutu a la classe.</li> <li>▶ La persona docent ha suggerit una varietat d'estratègies d'aprenentatge per animar el desenvolupament del pensament crític i facilitar els processos de recerca.</li> </ul>	<p><b>Individual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ He sentit motivació amb la proposta de treball sobre a la problemàtica de l'alimentació.</li> <li>▶ Com a resultat del treball en equip crec que he après a col·laborar.</li> <li>▶ M'ha agradat conèixer el paper de les dones en l'alimentació i m'ha ajudat a valorar la importància que tots i totes ens impliquem en les tasques de cures de la vida i el planeta.</li> <li>▶ He incorporat aprenentatges nous sobre els models alimentaris vigents i alternatius.</li> <li>▶ Sento que m'he esforçat, que he assumit responsabilitats i he col·laborat amb les tasques col·lectives.</li> <li>▶ Sento satisfacció amb el resultat de les activitats (mercat ecològic, <i>showcooking</i> i menú saludable).</li> <li>▶ Soc capaç d'assumir compromisos concrets i realistes per millorar els meus hàbits de consum.</li> </ul>
<p><b>Sobre la metodologia d'aprenentatge basada en projectes (ABP)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ El pla de treball ha estat clar i atractiu.</li> <li>▶ Els continguts referits a la problemàtica de l'alimentació han resultat suggeridors i atractius.</li> <li>▶ La metodologia d'ABP ha permès la descoberta d'aspectes nous i ha facilitat l'aprenentatge interdisciplinari.</li> <li>▶ La metodologia ofereix més oportunitats de participació activa i debat col·lectiu.</li> <li>▶ El treball grupal ha aportat més riquesa al projecte de recerca.</li> <li>▶ La interacció entre els companys i companyes del grup ha permès superar les dificultats sorgides durant el procés.</li> <li>▶ La realització de les activitats finals (mercat ecològic, <i>showcooking</i> i menú saludable) ha estat adequada per comunicar els aprenentatges.</li> </ul>	<p><b>Treball en grup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Totes les persones del grup han fet aportacions en funció de les seves capacitats.</li> <li>▶ El grup s'ha organitzat bé per obtenir els millors rendiments del treball col·lectiu.</li> <li>▶ Les interaccions amb la resta de grups i amb el conjunt de la classe han estat molt positives.</li> <li>▶ El grup ha tingut la capacitat de superar les dificultats sorgides durant el procés de treball i, especialment, en relació amb les que presenten un biaix de gènere.</li> <li>▶ Hem tingut la capacitat de suggerir/construir conjuntament propostes col·lectives de consum alternatiu.</li> </ul>

# BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

- ▶ Agència de Salut Pública de Catalunya (2017): *L'alimentació saludable en l'etapa escolar*. Barcelona, Agència de Salut Pública de Catalunya.  
[https://participa.gencat.cat/uploads/decidim/attachment/file/658/L\\_alimentaci%C3%B3\\_saludable\\_en\\_l\\_etapa\\_escolar.pdf](https://participa.gencat.cat/uploads/decidim/attachment/file/658/L_alimentaci%C3%B3_saludable_en_l_etapa_escolar.pdf)
- ▶ Àrea d'Educació d'Entrepobles / Educació per a l'Acció Crítica (EdPAC) (s/d): *Menjadors escolars ecològics. Material didàctic*.  
<http://www.entrepueblos.org/ecomenjadors/arxius/md.pdf>
- ▶ BBC News (2016): *El mapa que muestra el origen de los alimentos que comemos*.  
<https://www.bbc.com/mundo/noticias-36479831>
- ▶ CERAI (2015): *Somos lo que comemos. Maleta pedagògica*.  
<http://cerai.org/somos-lo-que-comemos/la-maleta-pedagogica-proyecto-somos-lo-que-comemos/>
- ▶ Fornes Quijano, Mayte (2019): *El huerto escolar nos enseña a comer*. València, CERAI / Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià.  
[https://cerai.org/wordpress/wp-content/uploads/2019/03/CERAI\\_Guia\\_Huerto\\_y\\_Alimentacion\\_Escolar\\_web.pdf](https://cerai.org/wordpress/wp-content/uploads/2019/03/CERAI_Guia_Huerto_y_Alimentacion_Escolar_web.pdf)
- ▶ Greenpeace (2010): *Guía de transform-acción, implantar un comedor ecológico en el centro*.  
[http://archivo-es.greenpeace.org/espana/Global/espana/report/educacion\\_ambiental/Guia\\_3\\_Comedores.pdf](http://archivo-es.greenpeace.org/espana/Global/espana/report/educacion_ambiental/Guia_3_Comedores.pdf)
- ▶ Ingeniería Sin Fronteras -ISF- (2012): *Con la comida no se juega. Juego interactivo*.  
<http://conlacomidanosejuega.isf.es/index.php>
- ▶ Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (2014): *Guía práctica para reducir el desperdicio alimentario en centros educativos "Buen Aprovecho"*. MAGRAMA. 2014.  
[http://www.menosdesperdicio.es/sites/default/files/documentos/relacionados/guia\\_centros\\_educativos\\_2014\\_0.pdf](http://www.menosdesperdicio.es/sites/default/files/documentos/relacionados/guia_centros_educativos_2014_0.pdf)
- ▶ Menzel, Peter i D'Aluisio, Faith (2007): *Hungry Planet: What the World Eats*. Random House  
<https://menzelphoto.photoshelter.com/gallery/Hungry-Planet-Family-Food-Portraits/G0000zmgWvU6SiKM/C0000k7JgEHhEq0w>
- ▶ Mora Verdeny, Josep Maria; Parra García, Ángeles i Vallés Casademont, Carles (2009): *Maleta pedagògica. De la Huerta a casa*. Barcelona, Mamaterra.  
[http://mamaterra.info/portfolio/maleta\\_pedagogica/](http://mamaterra.info/portfolio/maleta_pedagogica/)
- ▶ Muñoz Rico, Andrés (coord.) (2018): *Los comedores escolares en España. Del diagnóstico a las propuestas de mejora*. Carro de Combate/Del campo al cole/SEO/BirdLife.  
<http://delcampoalcole.org/wp/wp-content/uploads/2018/09/informe2018.pdf>

- ▶ Muñoz Rico, Andrés (coord.) (2016): *La Alimentación Escolar en España. Hacia un modelo más saludable y sostenible*. Del campo al cole/Alimentando conciencias/Carro de Combate.  
[http://alimentarelcambio.es/wp-content/uploads/2017/02/La\\_alimentacion\\_escolar\\_en\\_Espana-Alimentando\\_Conciencias.pdf](http://alimentarelcambio.es/wp-content/uploads/2017/02/La_alimentacion_escolar_en_Espana-Alimentando_Conciencias.pdf)
  
- ▶ Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica (2010): *A taula! Manual per a la introducció d'aliments ecològics i de proximitat a les escoles*. Barcelona, Direcció General d'Agricultura i Ramaderia. Departament d'Agricultura, Alimentació i Acció Rural de la Generalitat de Catalunya.  
[http://pae.gencat.cat/web/.content/al\\_alimentacio/al01\\_pae/05\\_publicacions\\_material\\_referencia/arxiu/manual\\_a\\_taula.pdf](http://pae.gencat.cat/web/.content/al_alimentacio/al01_pae/05_publicacions_material_referencia/arxiu/manual_a_taula.pdf)
  
- ▶ VSF-Justícia Alimentària/ACSUR-Las Segovias (2013): *Unidad didáctica. Gastronomía*.  
<https://www.alimentacion.net/es/content/gastronomia-para-la-soberania-alimentaria>
  
- ▶ VSF-Justícia Alimentària/ACSUR-Las Segovias (2013): *Unidad didáctica. El huerto escolar*.  
[https://www.alimentacion.net/sites/default/files/unidad\\_d\\_huerto\\_escolar\\_0.pdf](https://www.alimentacion.net/sites/default/files/unidad_d_huerto_escolar_0.pdf)

## 1. CONTRACTE PEDAGÒGIC

**E**l contracte pedagògic és un document que recull els acords, les responsabilitats i els compromisos de caràcter educatiu que subscriu una persona o un grup després del corresponent període de deliberació, negociació i consens necessari.

A tall d'exemple, tot seguit us presentem un contracte pedagògic per regular el bon funcionament del treball en grup i garantir el compromís amb l'aprenentatge dels continguts. Per descomptat, cada docent haurà de modificar-lo amb el seu grup de classe en funció de les condicions del seu context-aula, a banda que, tal com hem destacat, cal que els acords concrets siguin el resultat de la negociació amb l'alumnat.

## CONTRACTE PEDAGÒGIC

Centre:

Cicle/Nivell:

Aula:

Àrea:

Data:

Docent:

Nom:

Cognoms:

Jo, (  Nombre y Apellidos  ), conscient que puc i he de fer les activitats programades en un bon ambient de treball, i que puc i he de mostrar una bona disposició per a l'aprenentatge

### EN RELACIÓ AMB EL TREBALL EN GRUP EM COMPROMETO A:

- Participar activament en les diferents tasques del projecte.
- Complir els acords adoptats dins del meu grup.
- Complir els terminis de lliurament de les tasques.
- Mantenir una actitud positiva, dialogant i col·laboradora.
- Requerir ajut o orientació quan sigui necessari.
- Debatre i arribar a acords amb els companys i companyes.
- Crear un ambient de treball segur –lliure d'agressions verbals, gestuals o de qualsevol altre tipus–, afectiu i agradable.
- Observar, debatre en el grup i evitar qualsevol actitud sexista, discriminatòria, agressiva/violenta... que es pogués produir en qualsevol dels espais del centre.
- Contribuir amb les meves capacitats a donar suport als companys i companyes.
- Aprendre i rebre suport dels companys i companyes.

### I EN RELACIÓ AMB LA TEMÀTICA, EM COMPROMETO A:

- Mostrar interès per aprendre com es conreen els aliments.
- Valorar la cultura gastronòmica pròpia del meu entorn.
- Reconèixer el treball i les aportacions de les dones pel que fa a l'alimentació i la cura de les persones i la terra.
- Identificar els impactes de l'alimentació industrial en la salut de les persones i el planeta.
- Assenyalar els beneficis de l'alimentació saludable, justa i sostenible.
- Participar activament en totes les tasques relacionades amb l'hort escolar.
- Canviar els meus hàbits alimentaris cap a un consum responsable.

## 2. GASTRONOMIES DEL MÓN. PETER MENZEL



Austràlia



Guatemala



Mali



Itàlia



Kuwait



Txad



Egipte



EUA



Mongòlia



EUA



Luxemburg



Turquia

Font: <https://menzelphoto.photoshelter.com/gallery/Hungry-Planet-Family-Food-Portraits/G0000zmgWvU6SiKM/C0000k7JgEHhEq0w>