

BERDIN ELIKATZEN AL GARA?

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiei dagokienez munduan dagoen desberdinkeria.

Lankidetza eta taldeko lana.

Garapen jasangarriko 1., 2. eta 12. helburuak.

Iraupena

Saio bat.

Beharko dugun materiala

Margoak, talde bakoitzeko bost (gorria, urdina, horia, marroia eta orlegia).

Taldeentzako lanerako fitxak.

Otorduak antolatzeako laukien txantiloia.

Eranskineko fitxak eta irudia.

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Jarri ikasleak taldeka. Taldeek munduko herrialdeak ordezkatzeko dituzte, Giza Garapenaren Indizearen (GGI) arabera. Ikasgela bakoitzean askotariko ikasleak egongo direnez, jarduera hau bi modutara egin dezakezue, 1. taulako herrialdeetako herritarren ehunekoa islatzen saiatuz betiere:

- Jarri ikasleak lau taldetan banatuta. Talde bakoitzean egongo den ikasle kopurua GGiren lau mailetako herritarrekiko proportzionala izango da. 1. taulako laugarren zutabea.
- Jarri ikasleak hamar taldetan banatuta. Talde kopurua GGiren lau banaketetako herrialdeetako herritarrekiko proportzionala izango da. 1. taulako bosgarren zutabea daude jasota.

Zenbat talde sortu erabaki ondoren, inprimatu talde bakoitzarentzat laukien txantiloia, ahal dela A3 tamainan.

1. taula

GGI sailkapena	Jardueran izango duen izena	Biztanle kopurua		Talde kopurua
		Milioiak	Munduko biztanleriaren %	
Oso altua (66 herrialde)	A	1.439	% 19	2
Altua (52 herrialde)	B	2.379	% 32	3
Ertaina (36 herrialde)	C	2.733	% 37	4
Baxua (32 herrialde)	D	926	% 12	1

Taldeek margotu ditzaketen laukiek herrialde horietako bakoitzean pertsona horientzat eskuragarri dagoen elikagai kopurua adierazten dute.

Elikagaien kopuruari buruzko datuak FAO erakundearen FAOSTAT webgunetik atera ditugu. Datu guztiak 2019koak dira, horiek baitira eskuragarri dauden azkenak.

Jarduera hau elikagaien ingurukoa den arren, desberdintasunek erakusten digute desberdinkeria dagoela banaketan, batik bat errentak banatzeko orduan dauden desberdinkerien ondorioz.

Garapena

Banatu lanerako fitxak, eta ahal dela taldeek ez dezatela jakin gainerako taldeek zenbat elikagai dauzkaten. Irakur ditzatela jarraibideak. Komentatu, eta zalantzarik izanez gero argitu, denek ulertzeko zer egin behar duten. Denek garbi daukatenean, talde bakoitzak bere lana egingo du. Ahal dela, taldean erabaki dezatela elikagaiak nola banatu.

Fitxa talde guztiek bete dutenean, fitxak bildu eta ondo ikusten diren leku batean zintzilikatu.

Talde bakoitzeko pertsona batek azalduko du zenbat elikagai zeuzkaten eta nola banatu dituzten.

Hausnarketa

Bukatutakoan, hausnartu egingo dugu, honelako galderak eginez:

- Taldeek bete dituzuen laukiak ikustean, zer iruditu zaizue harrigarriena?
- Talderen bati zaila egin al zaizue elikagaiak banatzea? Zergatik?
- Bidezkoa iruditzen al zaizue elikagaiak horrela banatzea?
- Zuen ustez, zein herrialde edo kontinente izan daiteke zuen taldea?

Egin ditzatela beren iruzkinak. Gero, azaldu ikasgelan egindako taldeek zer herrialde ordezkatzek zituzten.

- Aztertu nola banatzen diren elikagaiak herrialde multzoetan. Zer iruditzen zaizue deigarrien banaketa horri dagokionez?
- Zuen iritzian, talderen batek sobera al zeuzkan elikagaiak? Eta talderen bati falta al zitzaizkion? Horrek zer pentsarazten dizue?
- Zein iruditzen zaizue talderik orekatuena?

Hausnarketa bukatzeko, begiratu 1 kg sortzeko zenbat zereal behar den erakusten duen irudiari.

- Ikusten al duzue zenbat zereal behar den abereak elikatzeko eta kilo bat haragi ekoizteko?
- Ikusi zenbat lauki bete dituzuen. Ikusten al duzue zenbat haragi jaten dugun giza garapen oso altuko herrialdeetan?

Begiratu GGI ertaina eta baxua duten herrialdeen fitxak, eta ikusi zer leku daukaten zerealek haien elikaduran. Bi hausnarketa egin litezke hortik abiatuta:

- Ikusten al duzue zenbat zereal izango liratekeen gizakiak elikatzeko, beste herrialde batzuetan hainbeste haragi jango ez bagenu?
- Zerealak elikaduran hain garrantzitsuak izanda, zuen ustez zer gertatuko litzateke bat-batean zerealen prezioa mundu osoan igo egingo balitz?

A TALDEA

Txantiloian, dagokion elikagai motaren arabera margotu behar dituzue eguneko otordu bakoitzari dagozkion laukiak.

Elikagaia	Kolorea	Margotu beharreko laukiak
Zerealak	Horia	22
Frutak eta barazkiak	Orlegia	31
Proteinak (haragia eta arrautzak)	Gorria	15
Esnea eta esnekiak	Marroia	26
Arraina	Urdina	4

OHAR GARRANTZITSUA

Dauzkazuen lauki guztiak margotu behar dituzue; ez gehiago eta ez gutxiago. Adi! Lauki bakoitzak ez du pieza bat adierazten (adibidez, lauki gorri bat ez da haragi-pieza bat, eta lauki orlegi bat fruta-pieza bat ere ez). Ez banatu koloreak horrela.

B TALDEA

Txantiloian, dagokion elikagai motaren arabera margotu behar dituzue eguneko otordu bakoitzari dagozkion laukiak.

Elikagaia	Kolorea	Margotu beharreko laukiak
Zerealak	Horia	25
Frutak eta barazkiak	Orlegia	35
Proteinak (haragia eta arrautzak)	Gorria	10
Esnea eta esnekiak	Marroia	13
Arraina	Urdina	3

OHAR GARRANTZITSUA

Dauzkazuen lauki guztiak margotu behar dituzue; ez gehiago eta ez gutxiago. Adi! Lauki bakoitzak ez du pieza bat adierazten (adibidez, lauki gorri bat ez da haragi-pieza bat, eta lauki orlegi bat fruta-pieza bat ere ez). Ez banatu koloreak horrela.

C TALDEA

Txantiloian, dagokion elikagai motaren arabera margotu behar dituzue eguneko otordu bakoitzari dagozkion laukiak.

Elikagaia	Kolorea	Margotu beharreko laukiak
Zerealak	Horia	26
Frutak eta barazkiak	Orlegia	25
Proteinak (haragia eta arrautzak)	Rojo	5
Esnea eta esnekiak	Marroia	6
Arraina	Urdina	3

OHAR GARRANTZITSUA

Dauzkazuen lauki guztiak margotu behar dituzue; ez gehiago eta ez gutxiago. Ez daukazue zertan otordu guztiak osatu; baten bat hutsik utz dezakezue. Adi! Lauki bakoitzak ez du pieza bat adierazten (adibidez, lauki gorri bat ez da haragi-pieza bat, eta lauki orlegi bat fruta-pieza bat ere ez). Ez banatu koloreak horrela.

D TALDEA

Txantiloian, dagokion elikagai motaren arabera margotu behar dituzue eguneko otordu bakoitzari dagozkion laukiak.

Elikagaia	Kolorea	Margotu beharreko laukiak
Zerealak	Horia	25
Frutak eta barazkiak	Orlegia	16
Proteinak (haragia eta arrautzak)	Rojo	3
Esnea eta esnekiak	Marroia	4
Arraina	Urdina	1

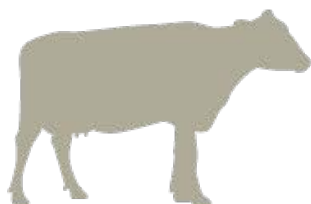
OHAR GARRANTZITSUA

Dauzkazuen lauki guztiak margotu behar dituzue; ez gehiago eta ez gutxiago. Ez daukazue zertan otordu guztiak osatu; baten bat hutsik utz dezakezue. Adi! Lauki bakoitzak ez du pieza bat adierazten (adibidez, lauki gorri bat ez da haragi-pieza bat, eta lauki orlegi bat fruta-pieza bat ere ez). Ez banatu koloreak horrela.

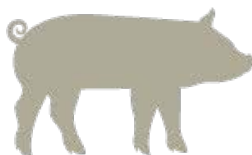
Otorduen TXANTILLOIA																				
Gosaria																				
Hamaiketakoa																				
Bazkaria																				
Merienda																				
Afaria																				

Otorduen TXANTILLOIA																				
Gosaria																				
Hamaiketakoa																				
Bazkaria																				
Merienda																				
Afaria																				

HAUETAKO 1 KG EKOIZTEKO BEHAR DEN ZEREAL KOPURUA



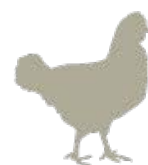
Okela
16Kg
zereal



Txerria:
6Kg
zereal



Indioilarra:
4Kg
zereal



Oilaskoa:
3Kg
zereal



Ogia:
0,75Kg
zereal

Hainbat iturritatik lortu ditugu datuak.

URA IZATEKO ESKUBIDEA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Hainbat kontzeptu elkarrekin erlazionatuz hobeto ulertzea.

Garapen jasangarrirako 1., 3. eta 6. helburuak.

Iraupena

Saio bat.

Zikloak 1, 2, 3

Aurretiazko oharrak

Ura oinarrizko elementu bat da gure bizitzan. Ura izateko eskubidea eskubide unibertsal bat den arren, munduan milioika gizaki daude urik gabe. Jarduera honekin, urak eguneroko ekintzekin eta pertsonen eskubideekin daukan lotura ikusiko dugu, osasunerako eskubidearekin batez ere.

Jarduerari hasiera eman baino lehen honako [bideo](#) hau ikustea gomendatzen dizuegu, gaztetxoenen kasuan bereziki.

Garapena

Jarri ikasleak bost taldetan. Bideoa proiektatu. Gero, koadroa arbelean idatzi edota proiektatu. Inork kontzepturen bat ondo ulertu ez badu, azalpenak eman, ondo ulertzeko.

Esan neska-mutilei taldeka egoera bakoitzaren ondorioak bilatzeko (ondorio positiboak eta negatiboak). Ondo justifikatu beharko dituzte ondorio horiek. Utzi denboratxo bat, taldeek lana egin dezaten. Gero, talde bakoitzak egoera bat hartuko du, eta taldean egoera horretarako planteatu dituzten ondorioak azalduko ditu. Talderen batek egoera horretarako beste ondorioren bat planteatu badu, azal dezala.

Denek amaitu dutenean, jardueraren zentzuaren gainean hausnarketa egin, honelako galderak eginez:

- Erraz egin al dituzue egoeren eta ondorioen arteko loturak?
- Zer iruditu zaizue harrigarriena? Zergatik?
- Ikusten al duzue zer ondorio dauzkan urik ez izateak?
- Ikusten al duzue ura zein garrantzitsua den gure bizitzan?

Hausnarketa egiten laguntzeko koadroa

Urik ez duten etxeetan oinarrituko gara.
Zer gertatuko litzaiguke...?

Egoera	Ondorioak
Edateko eta sukalderako urik izango ez bagenu...	
Geure burua garbitzeko urik izango ez bagenu...	
Behar beste euri egingo ez balu...	
Edateko ura kilometro batzuetara bagenu...	
Gure etxe ondoko ibaia kutsatuta balego...	

Ondorioen inguruan hausnarketa egiten laguntzeko, hona hemen irizpide batzuk:

- A. Gaixotasunak
- B. Infekzioak
- C. Garbitasuna eta desinfekzioa
- D. Nekazaritza eta abeltzaintza
- E. Ikastorduak galtzea

IRAKURKETA-FITXA: UDAREAREN ISTORIA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiak alferrik botatzearen inguruan kontzientziaztea.

Iraupena

Saio bat.

Beharko dugun materiala

Udarearen istorioa ipuina ([esteka](#)).

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Erakutsi ipuinaren irudiak, ipuina kontatzeko orduan lagungarri izan daitezen.

Garapena

Arretaren proba (aukerakoa, ikasleen adinaren arabera egiteko)

Ipuina irakurri ondoren, eta betiere ikasleen adinaren arabera, galdera batzuk egingo dizkiegu, edukia ondo ulertu dutela ziurtatzeko.

Egia edo gezurra den esan beharko dute esaldi bakoitza irakurtzen diegunean:

- Gure ipuineko protagonista ez zegoen pozik udarea izateaz.
- Udareak ez zituzten beren itxuraren arabera aukeratzeko.
- Udareak denbora asko eman zuen etxeko hozkailuan sartuta.
- Etxeko haurrek nahiago zituzten irabiatuak, udarea baino.
- Elikagai askok asteak ematen zituzten hozkailuan sartuta.
- Erosketa handia egin baino lehen, hozkailuan zeukaten guztia jaten zuten etxekoek.
- Azkenean, barazki-menestra bat egin zuten eta gure protagonista poz-
pozik jarri zen.

Hauemarketa

Ipuinaren edukiari buruz hausnartuko dugu, honelako galderak eginez:

- Udare batzuk baztertu egiten zituzten dendara eraman baino lehen. Gogoratzen al duzue zergatik? Horrek zentzurik ba al du?
- Zuen ustez, nola sentitzen dira baztertutako fruta eta barazki horiek?
- Pentsatu jardueraren lehen zatian landutakoaz: laguntzen al dizue baztertu dituzten elikagaien lekuan jartzen?
- Ipuinean, bi unetan bota egin zituzten elikagaiak. Gogoratzen al duzue zehazki noiz bota zituzten?
- Zergatik botatzen zituzten elikagaiak zakarrontzira?
- Etxean konturatzen al ziren elikagaiak botatzen ibiltzen zirela?
- Merke ateratzen al da janaria botatzea?
- Zuen etxean ikusi al duzue inoiz janaria zakarrontzira botatzen? Eta ikastetxean edo beste nonbait?

UDAREAREN ISTORIA

Pozez gainezka nengoen, itxura benetan bikaina neukala ikusita. Egunak neramatzan eguzki-izpiak jasotzen eta entrenatzen, perfektua egoteko. —Ze ondo geratzen zaidan soineko orlegi hau! —pentsatu nuen nire burua ihintz-tanta batean islatuta ikustean.

Baratzean, nabarmendu egiten nintzen beste fruta eta barazki guztien artean, ikusgarriak zirelako nire kolorea, nire distira eta nire itxura. Udare ideala nintzen. Fruta-denda guztiek nahi zituzten ni bezalako udareak. Pertsona guztiek jan nahi zituzten nire itxurako udareak.

Nik oso garbi neukan zer-nolako etorkizuna nahi nuen, elikagai guztiok amets berbera baitaukagu: norbaitek gu jatea.

Bai, ongi irakurri duzue! Udare batentzat, eta beste edozein janarirentzat, horixe da helburu nagusia. Frutak eta barazkiak behar-beharrezkoak gara bizitzaren zikloan; ezinbestekoak gara gizakiak hazteko, elikatzeko eta bizitzeko. Pentsa zenbateko garrantzia daukagun!

Baina frutak eta barazkiak ez dira beti pozik egoten, haietako asko ez dituztelako dendetara eramaten, kolpe txiki bat izateagatik, ezohiko forma izateagatik edo azala besteek bezain distiratsua ez izateagatik.

Dena den, ez pensat elikagai horiek animaliak elikatzeko erabiltzen dituztenik, edo kontserben fabriketara eramaten dituztenik... Zuzenean zabortegira eramaten dituzte! Elikagai horiek ureztatzen gastatutako ura, haiek garraiatzen xahututako energia, nekazariak egindako lana... Dena alfer-alferrik! Dena zaborretara!

Baina nik, hazten eta loditzen nindoan bitartean, ez nuen gauza horietan pentsatzen.

Nire helburua norbait elikatzea zen, eta ilusioz beterik egoten nintzen zuhaitzean zintzilik, beste udareekin batera noiz hartuko ninduten zain.

Baina, biltzeko eguna iritsi zenean, gauzak ez ziren nik espero bezala gertatu: inolako konturik gabe hartu gintuzten zuhaitzetik, bidaia luze bat egin behar izan genuen kaxa deseroso batean sartuta, denak estu-estu jarrita, eta, helmugara iritsi ginenean, pila handi batean jarri gintuzten. Gainera, ur hotzeko dutexak jaso genituen behin eta berriro. Ze ezatsegina! Eta, gero, hautaketa-prozesua hasi zen. Nik proba guztiak gaingitu nituen, baina nire lagun asko baztertu egin zituzten, eta zabortegira eraman. Azkenean, onenen artean sailkatu ninduten: «Suprem udarea» zioen etiketa bat jarri zidaten. Etiketa horri esker, dendarik onenetara eramango ninduten.

Ni eta ni bezalako beste batzuk Gourmet Dendara eraman gintuzten, herrialdeko dendarik bikainenera. Bost izar zeuzkan Mikelin Gidan!

Han, sasoiko fruta eta barazki onenak izan nituen bizilagun:

—Giro ezin hobea daukagu hemen, fresko eta goxo egon gaitezen —esan zuen patata batek.

Apal dotoreetan kokatuta geunden, eta dendariak eskularru zuriak erabiltzen zituen frutak eta barazkiak hartzeko. A zer-nolako bizimodua geneukan! Garai zoragarria izan zen hura.

Egun batean, nire txanda iritsi zen. Eskularru zuriak jantzita, dendariak paperezko poltsa batean sartu ninduen, beste fruta batzuekin batera.

Etxera iristean, poz handia hartu nuen, han umeak zeudela ikustean:
—Ze ondo! Nire bitaminei esker, osasuntsu haziko dira etxe honetako haurrak! —pentsatu nuen.

Fruta batzuk frutaontzian jarri zituzten, baina ni zuzenean hozkailuan sartu ninduten. Han fresko-fresko egongo nintzen, jateko ordua iritsi arte.

Egunero irekitzen zuten hozkailua, baina inoiz ez ninduten hartzen. Lasai nengoen, baina, besteen elkarrizketak entzuten hasi nintzenean, konturatu nintzen hozkailuko batzuk ez zeudela batere pozik. Janari batzuek denbora asko zeramaten hor barruan, eta kezkatzen hasiak zeuden. Hori gauza berria zen niretzat. Janaria erosi eta jan ez?

Ontzi batean menestra baten osagaiak ikusi nituen. Esan zidaten behin mahaira atera zituztela, baina ez zituztela jan, eta berriro hozkailuan sartu zituztela, eta astebete baino gehiago zeramatela han barruan!

Gero, ketchupa ikusi nuen. Jentzi zuen izena. Hamar hilabete zeramatzan irekita!

—Artifizial samarra da eta azukre gehiegi du, baina bikote paregabea osatuko genuke —esan zidan hozkailuan denbora luzea zeraman saltxitxa batek.

Ni, egia esan, nahigabetuta nengoen etxeko umeekin. Hozkailua irekitzen zuten bakoitzean, irabiatu bat edo jogurt bat hartzen zuten. Ez zioten nire kolore orlegi ederrari inolako kasurik egiten.

Irabiatu eta jogurt horiek kaxkar-kaxkarrak ziren. Ez ziren osasunerako elikagai freskoak bezain onak, eta kontserbagarriz beteta zeuden. Ze txarrak!

Baina okerrenea beste egun batean gertatu zen: etxekoak erosketa handi bat egiteko asmotan zebiltzala entzun nuen.

Hozkailuan denbora gehien zeramatenak oso urduri jarri ziren, eta Jentzi gaixoa dardarka hasi zen:

—Ai, ene! Ziur beste ketchup bat ekarriko dutela!

—Baina zer gertatzen zaizue? Zergatik zaudete denok hain urduri?

«Erosketa handia» zer da ba? —galdetu nuen.

—Ba begira: gauza berri pila bat erostera joaten dira, hozkailuan zer daukaten jakin ere egin gabe. Eta, gero, etxera itzultzen direnean, ez daukatenez lekuri hozkailuan hainbeste gauza jasotzeko, bota egiten gaituzte... —esan zuen triste pate-lata batek.

—Lasai egon! Jateko aterako zaituztete! Ez zarete zakarrontzira joango! —esan nuen, pixka bat animatzeko. Baina denak isil-isilik geratu ziren; inork ez zuen ezer esan.

Arratsalde hartan, denak burumakur egon ziren hozkailuan. Azkenean, soinu batzuk entzun genituen sukaldean, eta hozkailuko atea ireki zuten. Hain zuzen ere, kontatu zidatena gertatu zen. Hozkailuan gauza berriak sartzen hasi ziren, baina, hainbeste erosi zituztenez, lekuri ez zegoen denentzat, eta denbora gehien zeramatenak atera egin zituzten: menestra, saltxitxa, Jentzi...

—Agur, lagunok! —esan zuen Jentzik triste-triste. Eta beste ketchup-ontzi bat sartu zuten hozkailuan.

Ni ikaratuta nengoen, ikusten ari nintzenarekin beldurtuta. Hozkailuko atea erdi irekita utzi zutenez, dena ikusi nuen: zakarrontzira bota zituzten!!! Hortxe bukatzen zuten inork jaten ez zituen janariak!
Ez nuen ulertzen zergatik erosten zuten etxe hartakoek janari gehiago: hozkailukoak botatzeko?

Oso gau txarra igaro nuen; kezkatuta nengoen eta ezin nuen lo hartu. Orduantxe ulertu nuen baztertuta egotea zer den. Ikusgarria eta ederra izan nintzen beti, eta ordura arte ez nuen halako kezkarik izan.

Hurrengo egunean, nik bezalaxe hozkailuan hainbat egun erdi ahaztuta zeramatzaten beste elikagai batzuekin hitz egin nuen:

—Lagunok, oso egoera larrian gaude. Atzo, gure lagun batzuk zaborretara bota zituzten —hori entzutean, beldurtu egin ziren denak—. Zerbait egin behar dugu, hozkailuko atea irekitzen dutenean berehala ikus gaitzaten —esan nuen.

—Gure lehiakide nagusiak, elikagai erosi berriak, atzealdera eramaten saiatu behar dugu. Hozkailuaren atzealdean askoz hobeto egoten dela esango diegu; askoz ere leku fresko eta erosoagoa dela —esan zuen azenarioak.

—Guk aurrean jartzen saiatu behar dugu, atea ireki orduko ikus gaitzaten —esan zuen oliben latak. Letxuga, orduan, lataren gainean jarri zen. Eta, letxugaren ondoan, bi azenario eta tomate erdi bat jarri ziren.

—Hau ikusita ez badira entsalada bat egitera animatzen, gureak egin du! —esan zuen letxugak.

Orduan, hauxe entzun genuen:

—Aitatxo, ikastolan esan digute munduan jende asko goseak dagoela, eta guk, bitartean, egunero janari asko zaborretara botatzen dugula. Baina guk ez dugu janaria zaborretara botatzen, ezta, aitatxo?

Une horretantxe, hozkailuko atea zabaldu egin zen, eta aita goitik behera begiratzen hasi zen:

—Ez horixe, laztana. Guk ez dugu ezer botatzen. Bueno, ezer ez botatzen saiatzen gara... —eta, berehala, hauxe erantsi zuen:— Gaur, gainera, gauza berezi bat egingo dugu: hozkailuan denbora gehien daramaten janariak erabiliko ditugu afaria prestatzeko. Zer iruditzen zaizu?

—Entsalada bat egingo dugu barazki hauekin. Eta, postrerako, fruta-mazedonia prestatuko dugu!

Denok poz-pozik jarri ginen. Zakarrontzian bukatu beharrean, salbatu egin ginen! Hura poza!

Hauxe da istorio polit honen amaiera; orain, goazen denok abestera.
Esan behar diogu jendeari ez dela bota behar elikagairik:

Rap honi musika jarri,
janaria ez botatzeko alferrik
Elikagaiak, janariak,
botatzen ditugu zakarrontzira.
A zer nolako astakeria!
Geldiaraz dezagun erokeria!
Jende askok ez dauka jateko ezer,
eta gu botatzen gabiltza hemen.

Janaria bota baino lehen,
pentsatu ze kalte egitera zoazen.
Hainbeste ur lurrak ureztatzen,
traktoreak han-hemenka airea kutsatzen,
janaria hor dago
eta zuk bota nahiago?
Izan zaitez zentzuduna,
zaindu ezazu zure ingurua;
jendeak eta planetak
emango dizkizute eskerrak.

Janaria bota baino lehen,
pentsatu ze kalte egitera zoazen.

Janaria bota baino lehen,
pentsatu ze kalte egitera zoazen.

JANARIA BOTA ETA BOTA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Janaria ekoizten denetik kontsumitzen denera arteko faseak eta eragileak.
Janaria botatzearen aurrean kontziente izatea.
Kontsumitzaile gisa arduraz jokatzeta.
Garapen jasangarriko 2., 12., 14. eta 15. helburuak.

Iraupena

Saio bat.

Beharko dugun materiala

Plastikozko janariak erabiltzea litzateke egokiena. Hori posible ez bada, pilotak edo eraikuntzako piezak erabil ditzakezue; nolabaiteko tamaina duen edozer, jarduera bisuala izango baita batik bat. Gutxienez 45 pieza beharko lirateke, gure ustez.

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Erabiliko duzuen piezen kopuruaren arabekoak izango dira zenbatekoak. Guk gomendatzen dugun bezala 45 pieza erabiliz gero, zenbatekoak hauek lirateke:

Elikagaien 1/3 botako duzue zakarrontzira; 15 pieza, alegia.

Elikagaien katean dagoen eragile bakoitzak zakarrontzira botako dituen janari piezak zerrenda honetako ehunekoen arabekoak izango dira¹:

Ekoiztean: 2 pieza (% 11).

Prozesatzean eta banatzean: 3 pieza (% 19).

Saltzean: 1 pieza (% 5).

Elikadurarekin lotutako zerbitzuetan

(jatetxeak, ospitaleetako sukaldeak, ikastetxeetakoak, etab.): 2 pieza (% 12).

Etxeetan: 8 pieza (% 50).

Eranskinetako txartelak zuriz utziko ditugu, piezen kopuruak aldatzen badira ere.

Garapena

Elikagaien katean parte hartzen duten eragileak zein diren idatziko dugu arbelean:

Ekoizlea – Prozesatzailea/garraiatzailea – Saltzailea (txikizkariak eta handizkariak) – Kontsumitzailea

Esan neska-mutilei ikusiko dugula elikagaiak ekoizten direnetik kontsumitzen diren arteko prozesu luzean zehar zenbat janari botatzen den zakarrontzira.

Pieza guztiak mahai gainean jarriko ditugu.

Bost pertsonari laguntzeko eskatuko diegu² eta mahaiaren albo batean jartzeko esango diegu. Laguntzaile horiei eranskinetako txartelak emango dizkiegu³.

¹ Iturria: Fusión 2016. Europar Batasunari buruzkoak dira datuak (EB28).

² Hemendik aurrera, **laguntzaile** deituko diegu.

³ Saiatu arbelean idatzitako ordena berean ez jartzen: Ekoizlea – Prozesatzailea/Garraiatzailea – Janari-saltzailea – Jatetxea – Etxea

Laguntzaile bakoitzari eskatuko diogu bere txartelak adierazten duen pieza kopurua hartu eta zakarrontzira botatzeko. Ez du esan behar zer eragileren papera ari den betetzen.

Denek bukatu dutenean, mahai gainean geratu diren piezekin menditxo bat egingo dugu, eta zakarrontzira botatakoekin beste bat. Esango diegu azken horiek direla prozesu osoan zehar zakarrontzira botatako elikagaiak.

Hausnarketa

Bukatutakoan, galdera batzuk egingo dizkiegu, hausnartzen laguntzeko:

- Bi menditxoak konparatzeko eskatuko diegu. Esango diegu zer adierazten duen menditxo bakoitzak, eta Europan ekoiztitako elikagaien herena botatzen dugula zakarrontzira. Zer sentitzen dute guztira zenbat janari botatzen dugun ikustean?
- Arbelean idatzitakora joko dugu, eta gogoratuko dugu laguntzaile bakoitzak zenbat pieza bota dituen zakarrontzira. Zuen ustez, elikadura-kateko zer eragile ordezkatzan zuen laguntzaile bakoitzak? Eman dezatela beren iritzia. Gero, laguntzaile bakoitzak esan dezala zehazki zein eragile ari zen ordezkatzan.
- Harrigarria iruditu al zaizue bakoitzak zenbat bota duen?
- Elikaduraren katean, zeintzuk dira janari gehien botatzen dutenak? Ikusten al duzue etxeetan botatzen dugula janari gehien zakarrontzira? Ez al zaizue harrigarria iruditzen?
- Ikusten al duzue kontsumitzaile gisa zenbateko garrantzia daukagun hainbeste janari botatzeko orduan?

Ekoizlea zara:

KENDU ____ PIEZA

Janaria prozesatzen eta banatzen duen enpresa zara:

KENDU ____ PIEZA

Janari-saltzailea zara:

KENDU ____ PIEZA

Jatetxe bat zara:

KENDU ____ PIEZA

Kontsumitzailea zara:

KENDU ____ PIEZA

BOTATAKO ELIKAGAIEN GAINEKO IKERKETA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiak botatzearen aurrean erantzukizunez jokatzeari.
Kontsumitzaile arduratsuak izatea.
Janaria alferrik ez botatzeko jarraibideak.
Garapen jasangarrirako 2., 12., 14. eta 15. helburuak.

Iraupena

Jarduera hau denbora puxka baten egiteko dago pentsatuta; gutxienez astebetean.

Beharko dugun materiala

Elikagaiak botatzeari buruzko datuak eta jarraipena egiteko fitxa.
Ikasgelan ikusteko bideoak:
[Elikagaiak botatzeak uzten duen aztarna](#) eta [Elikagaiak botatzeak uzten duen aztarna 2](#), biak FAO erakundeak eginak.
[Hondakinak](#), WWF erakundeak babestua.

Zikloak 1, 2, 3

Garapena

1. fasea

Taldeak osatu. Talde bakoitzari «Jarraipena egiteko fitxa» batzuk eman. Astebetez, inguruan botata ikusten dituzten elikagaiei buruzko datuak hartu beharko dituzte ikasleek. Batik bat eremu hauek ikertu beharko dituzte:

- Ikastetxea, jolastokian nahiz jantokian.
- Elkartzen diren lekuak (urtebetetzeak, festak...).
- Etxetik kanpoko establezimenduak (hanburgeseriak, pizzeriak, jatetxeak...).
- Inguruko parkeak.

2. fasea

Astebete geroago, talde bakoitzeko kideek bateratu egingo dituzte beren ikerketaren emaitzak, eta alderdi hauek apuntatuko dituzte:

- Zer elikagai mota ikusi dituzten botata. Datu zehatzagoak izateko, batera ditzatela taldeko kide guztiek aurkitutakoak.
- Zergatik bota dituzten elikagai horiek zakarrontzira. Bakoitzak eman dezala bere iritzia eta ikus dezatela zergatiren bat nagusitzen den.

Talde guztiek amaitu dutenean lana, bateratu egingo ditugu ondorioak eta datu nagusiak arbelean idatziko ditugu. Horrela, errazago ikusiko dituzte taldeek ateratako ondorioak.

Hausnarketa

Emaitzak bateratu, eta horien gainean hausnartu:

- Zaila iruditu al zaizue ikerketa egitea? Zergatik?
- Batez ere non botatzen dituzte elikagaiak?
- Bota dutenetik zer iruditu zaizue deigarriena?
- Botatako elikagaien gaineko datu orokorrak ikustean, harrituta geratu al zarete?
- Elikagaiez gain, energia eta ura ere ondo erabili behar ditugula esaten digute behin eta berrir. Ez al zaizue iruditzen ez genituzkeela alferrik erabili edo bota beharko?

- Janaria, energia eta ura alferrik botatzeak kalte egin al diezaieke beste pertsona batzuei?
- Guk gehiegi erabiltzen baditugu, beste batzuei ez al zaie gutxiegi eratuko?

Bukatzeko, ikusi proposaturiko bideoren bat edo bideo guztiak. Behar den guztietan gelditu eta sortzen diren zalantzak argitu, edukia denek ondo uler dezaten.

Jarduera honen emaitzekin, hausnarketa barne, *Kanpaina egiten 1 eta 2* jardueretara igaroko gara.

JARRAIPENA EGITEKO FITXA

Lekua: non topatu duzuen elikagaia botata (zakarrontzietan, jantokian...).

Mota / Kopurua: zer elikagai topatu duzuen botata eta gutxi gorabehera zenbat.

Data	Lekua	Elikagai mota / Kopurua	Oharrak

ETXEAN BOTATZEN DUGUNA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiak botatzearen aurrean erantzukizunez jokatzeara.

Kontsumitzaile arduratsuak izatea.

Janaria ez botatzeko jarraibideak.

Garapen Jasangarrirako 2., 12., 14. eta 15 helburuak.

Iraupena

Jarduera hau denbora puxka baten egiteko dago pentsatuta; gutxienez astebetean.

Beharko dugun materiala

Elikagaiak botatzeari buruzko datuak eta ikerketa egiteko txantiloak.

Ikasgelan ikusteko bideoak:

[Elikagaiak botatzeak uzten duen azterna](#) eta [Elikagaiak botatzeak uzten duen azterna 2](#), biak FAO erakundeak eginak.

[Hondakinak](#), WWF erakundeak babestua

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Jarduera honen helburua ez da, noski, ikasleen etxean astebetean botatzen dituzten elikagaien neurketa zehatza egitea, estatistikoki oso konplexua baita hori, baizik eta elikagaiak botatzearen errealitatera hurbiltzea eta ikerketa egitean ikusi dutenaren aurrean hausnarketa egitera bultzatzea.

Garapena

Jarduera zertan datzan azaldu: haur bakoitzari ikerketa egiteko txantilo bat eman, eta edukia denen artean errepasatu, zer egin behar duten ondo ulertu dutela ziurtatzeko. Astebetez, apuntatu beharko dute zer elikagai bota dituzten etxean zakarrontzira, eta bota izanaren zergatia ere adierazi beharko dute.

Astebete geroago, denek egin dutenean ikerketa, lau-pabost ikasleko taldeak osatu, talde bakoitzean alderdi hauek azter ditzaten:

- Zer elikagai mota bota dituzten gehien. Datu zehatzagoak izateko, batera ditzatela taldeko kide guztiek aurkitutakoak.
- Zergatik bota dituzten elikagai horiek zakarrontzira. Bakoitzak eman dezala bere iritzia eta ikus dezatela zergatiren bat nagusitzen den

Talde guztiek amaitu dutenean lana, bateratu egingo ditugu ondorioak eta datu nagusiak arbelean idatziko ditugu. Horrela, errazago ikusiko dituzte taldeek ateratako ondorioak.

Hausnarketa

Emaitzak bateratu eta horien gainean hausnartu:

- Zaila iruditu al zaizue ikerketa egitea? Zergatik?
- Zuen etxean bota dutenetik zer iruditu zaizue deigarriena?
- Taldean zuen datuak bateratu dituztenean, etxe guztietan antzeko moduan jokatzeko dutela iruditu al zaizue?

Bukatzeko, ikusi proposaturiko bideoen bat edo bideo guztiak. Behar den guztietan gelditu eta sortzen diren zalantzak argitu, edukia denek ondo uler dezaten.

Jarduera honen emaitzekin, hausnarketa barne, *Kanpaina egiten 1 eta 2* jardueretara igaroko gara.

Ikerketa egiteko txantiloia

EGUNA	Bota den elikagaia	Zergatia *	Lekua	Gutxi gorabehera zenbat
Astelehena				
Asteartea				
Asteazkena				
Osteguna				
Ostirala				
Larunbata				
Igandea				

* Zergatia: **A** Iraungi egin da, **B** Hondatu egin da, **C** Sobera gelditu da
(gehiegi egin delako) **D** Sobera gelditu da (jan ez delako)
E Besteren bat (zehaztu)

KANPAINA EGITEN I

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiak botatzearen aurrean erantzukizunez jokatzeara.

Kontsumitzaile arduratsuak izatea.

Janaria alferrik ez botatzeko jarraibideak.

Informazio-kanpaina bat egitea.

Garapen jasangarrirako 2., 12., 14. eta 15. helburuak

Iraupena

Beharren arabera iraupena izango du jarduera honek.

Beharko dugun materiala

Botatako elikagaien gaineko ikerketa eta Etxean botatzen duguna

jardueretatik ateratako informazioa.

Eranskinean datozen lanerako orriak.

Ikasgelan ikusteko bideoak:

[Elikagaiak botatzeak uzten duen azterna](#) eta [Elikagaiak botatzeak uzten duen azterna 2](#), biak FAOrenak.

[Hondakinak](#), WWF erakundeak babestua.

Zikloak 1, 2, 3

Aurretiazko oharra

Aurrez ez baldin badituzue *Botatako elikagaien gaineko ikerketa* eta *Etxean botatzen duguna* jarduerak egin, proposatzen dizkizuegun bideoak ikustea komeni da.

Garapena

1. fasea

Bideoak ez badituzue aurrez ikusi, proiektu itzazue orain. Behar den guztietan gelditu eta sortzen diren zalantzak argitu, edukia denek ondo uler dezaten.

Ikasleak taldeka jarri eta jarduerari buruzko azalpentxo bat eman:

«Ikusi duzuen bezala, elikagai asko botatzen dira gure inguruan. Gu guztiok kontsumitzaileak garenez, badaukagu horretan erantzukizunik. Munduan gosea eragiten duen kate horretan gu ere bagaude. Arduraz jokatu behar dugu. Zerbait egin beharko genuke, egoera aldatzea gure esku dagoelako. Hortaz, talde bakoitzean ekintza zehatz batzuk pentsatuko dituzue, gure inguruan ez botatzeko elikagai gehiago, eta eman beharreko pauso nagusiak biltzen dituen dekalogo bat egingo duzue».

Lanerako orriak banatu, eta talde bakoitzak bere dekalogo egin dezala.

Talde guztiek amaitu dutenean, talde bakoitzeko pertsona batek beren dekalogo azalduko du. Edukiaren inguruan hausnarketa egin, ahalik eta egokiena eta praktikoa izan dadin.

2. fasea

Orain, dekalogoei zabalpena emateko kanpaina bat sortuko dugu, haietan jasotako mezua ahalik eta jende gehienarengana irits dadin, bai ikasleen artean, bai beste eremu batzuetan: lagunak, senideak, etab.

- Horretarako, talde bakoitzak egokien iruditzen zaion moduan jaso beharko du mezua (karteletan, irudietan, bideoan, audioan...), sormena landuz. Adibidez, aukera bat izan liteke hozkailuetan jartzeko iman batzuk egitea, eta iman horietan elikagaiei lotutako mezu deigarri batzuk ipintzea, elikagaiak hozkailuan ez hondatzeko eta bota beharrik ez izateko.
- Elikagaiak alferrik botatzearen inguruko hausnarketaren bat eta landutako dekalogoko punturen bat jaso beharko ditu mezuak. Ohar eta mezu laburrak planteatu beharko dituzte taldeek, zabaltzen errazak, gizartea informatzeko eta sentsibilizatzeko.

Pegatina edo iman horiek egin ondoren, bana ditzatela familiakoen eta senideen artean, elikagai gutxiago botatzen laguntzeko.

Lanerako orria

Zer-nolako ekintzak proposatu behar dituzue?

Dekalogo bat egin behar duzue, elikagaiak ez botatzeko ekintza zehatz batzuk jasotzen dituena. Erraz egiteko moduko ekintzak izan daitezela, gizakiok gure jokabidea alda dezagun. Pentsa ezazue zeuongan eta zeuon inguruan.

Dekalogoia egiteko kontuan izan behar dituzuen alderdiak

Gure elikadura mota: azpimarra ezazue behar baino askoz gehiago kontsumitzen dugula, eta horrek kalte handia egiten diola ingurumenari, eta jende asko gose izaten dela, elikagaiak ezin eskuratu geratzen delako.

Elikagaiak botatzea: alderdi hau funtsezkoa da; izan ere, kontsumitzaileok, hainbat arrazoi direla eta, elikagai asko botatzen ditugu. Garrantzitsua da gure inguruan elikagaiak zergatik botatzen dituzten jakitea, eta konponbide batzuk aurkitu behar ditugu arazo horren aurka borrokatzeko.

KANPAINA EGITEN II SARE SOZIALAK

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Elikagaiak botatzearen aurrean erantzukizunez jokatzea.
Kontsumitzaile arduratsuak izatea.
Janaria alferrik ez botatzeko jarraibideak.
Sare sozialetan informazio-kanpaina bat egitea.
Garapen jasangarriko 2., 12., 14. eta 15. helburuak.

Iraupena

Beharren arabera iraupena izango du jarduera honek.

Beharko dugun materiala

Botatako elikagaien gaineko ikerketa eta Etxean botatzen duguna jardueretatik ateratako informazioa.
Eranskinean datozen lanerako orriak.
Ikasgelan ikusteko bideoak:
[Elikagaiak botatzeak uzten duen aztarna](#)
[Elikagaiak botatzeak uzten duen aztarna 2](#), biak FAOrenak.
[Hondakinak](#), WWF erakundeak babestua.

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Aurrez ez baldin badituzue *Botatako elikagaien gaineko ikerketa eta Etxean botatzen duguna* jarduerak egin, proposatzen dizkizuegun bideoak ikustea komeni da.
Kontuan izan ikasleek beharbada telefono mugikorrek erabili behar izango dituztela jardueraren 2. fasea egiteko. Kasu horretan, behar diren baimenak eskatu beharko dituzte.

Jarduera hau oso aproposa da klipmetrajeak egiteko eta gero zabalpena emateko.

Garapena

1. fasea

Bideoak ez badituzue aurrez ikusi, proiektu itzazue orain. Behar den guztietan gelditu eta sortzen diren zalantzak argitu, edukia denek ondo uler dezaten.

Ikasleak taldeka jarri eta jarduerari buruzko azalpentxo bat eman:
«*Ikusi duzuen bezala, elikagai asko botatzen dira gure inguruan. Gu guztiok kontsumitzaileak garenez, badaukagu horretan erantzukizunik. Munduan gosea eragiten duen kate horretan gu ere bagaude. Arduraz jokatu behar dugu. Zerbait egin beharko genuke, egoera aldatzea gure esku dagoelako. Hortaz, talde bakoitzean ekintza zehatz batzuk pentsatuko dituzue, gure inguruan ez botatzeko elikagai gehiago, eta eman beharreko pauso nagusiak biltzen dituen dekalogo bat egingo duzue».*

Lanerako orriak banatu, eta talde bakoitzak bere dekalogo bat egin dezala. Talde guztiek amaitu dutenean, talde bakoitzeko pertsona batek beren dekalogo bat azalduko du. Edukiaren inguruan hausnarketa egin, ahalik eta egokiena eta praktikoa izan dadin.

2. fasea

Orain, dekalogoak sare sozialetan zabaltzeko kanpaina bat egingo dugu, haietan jasotako mezua ahalik eta jende gehienarengana irits dadin.

- Horretarako, talde bakoitzak egokien iruditzen zaion moduan jaso beharko du mezua (irudi digitaletan, bideoan, audioan...), sormena landuz.
- Elikagaiak alferrik botatzearen inguruko hausnarketaren bat eta landutako dekalogoko punturen bat jaso beharko ditu mezuak. Ohar eta mezu laburrak planteatu beharko dituzte taldeek, zabaltzen errazak, gizartea informatzeko eta sentsibilizatzeko.
- Halaber, erabaki beharko dute zer sare erabiliko dituzten (Whatsapp, Snapchat, Instagram...), zeintzuk izango diren eraginkorrenak, zer formatu izango den egokiena, etab.

Garrantzitsua da kanpaina bukatutakoan ebaluazioa egitea eta izan duen oihartzuna baloratzea: zer-nolako erantzuna izan duen, zenbat jarraitzaile izan dituen, zein iruzkin egin zaizkion, zenbat *like* jaso dituen, zenbatek partekatu zituzten argitalpenak, interakzioak, eta abar.

JANARIA EZ BOTATZEKO RAPA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Janaria botatzearen aurrean kontzientziaztea.
Janaria botatzearen aurrean arduraz jokatzeta.
Kontsumitzaile arduratsuak izatea.
Janaria ez botatzeko jarraibideak.
Informazio-kanpaina bat egitea.
Garapen jasagarriko 2., 12., 14. eta 15. helburuak.

Iraupena

Saio bat.

Beharko dugun materiala

Eranskinean datorren *Udarearen istorioa* ipuinaren rapa.

Zikloak 2, 3

Aurretiazko oharra

Jarduera hau egin baino lehen, *Udarearen istorioa* ipuina irakurtzea komeni da, eta *Kanpaina egiten I* jarduera egina izatea, dekalogoak lagungarria izango baitaie jarduera honetarako.

Egokia litzateke *Etxean botatzen duguna* jarduera egina izatea ere.

Esteka hauetan, raperako oinarri erritmikoak topatuko dituzue. Erabilgarriak izan daitezke jarduera honetarako:

- <https://www.youtube.com/watch?v=Q0JWsvIewIA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=kZU9YY1UDMQ>
- https://www.youtube.com/watch?v=6W_0fWzHgug
- <https://www.youtube.com/watch?v=1e66UhRY2Os>
- <https://www.youtube.com/watch?v=HHLgdUzU2Dc>

Garapena

Denen artean, irakurri eranskineko rapa, ozen. Eman letra neska-mutilei, eta musika jarri.

Erreparasatu «Kanpaina egiten I» jardueran egindako dekalogoak.

Jarri neska-mutilak taldeka, eta talde bakoitzak bere rapa sor dezala: dekalogoak sortzean landutakoan oinarrituz sortu beharko dute letra, eta oinarri erritmikoa erantsi beharko diote.

Talde bakoitzak bere rapa aurkeztuko du. Oso egokia litzateke rap horiek ikastetxeko hainbat lekutan interpretatzea, edota ikasturtean zehar ikastetxean izaten den jaialdiren batean abestea, mezua ikastetxeko gainerako ikasleengana zabaltzeko.

Beste aukera bat ere badago: rap horiek grabatzea eta sare sozialen bidez zabaltzea, «Kanpaina egiten» jardueraren esparruan.

Janaria ez botatzeko rapa

Rap honi musika jarri,
janaria ez botatzeko alferrik.
Elikagaiak eta janariak
botatzen ditugu zakarrontzira.
A zer nolako astakeria!
Geldiaraz dezagun erokeria!
Jende askok ez dauka jateko ezer,
eta gu botatzen gabiltza hemen.

Janaria bota baino lehen,
pentsatu ze kalte egitera zoazen.

Hainbeste ur lurrak ureztatzen,
traktoreak han-hemenka airea kutsatzen,
janaria hor dago
eta zuk bota nahiago?
Izan zaitez zentzuduna,
zaindu ezazu zure ingurua.
Jendeak eta planetak
emango dizkizute eskerrak.

Janaria bota baino lehen,
pentsatu ze kalte egitera zoazen.