

PROGRAMA EDUCATIU DE MERCATS DE BARCELONA
Adreçat a l'alumnat d'Educació Primària (6-12 anys)

Guia per
l'alumnat

Projecte Educatiu “Un Mercat més sostenible”



Ajuntament de
Barcelona



Mercats
de Barcelona

Presentació

El present document conté diferents propostes de material d'aula per portar a terme la proposta pedagògica de Mercats de Barcelona, adreçada a l'alumnat d'Educació Primària en torn les competències que facilitin la incorporació d'hàbits sostenibles al voltant del consum d'aliments i la gestió de residus.

**Proposta
de material
per a Cicle Inicial**

A continuació es descriuen els materials que es trobaran al document:

- 1.** Presentació del projecte.
- 2.** Com ens organitzem? Planificació de les fonts d'informació.
Pautes per a la visita al mercat i fitxa de recollida d'informació.
- 3.** Fonts d'informació: la piràmide alimentària.
- 4.** Fonts d'informació: llistat d'enllaços amb vídeos sobre els continguts del projecte.
- 5.** Avaluació. Proposta de rúbrica d'avaluació CI.
- 6.** Avaluació. Proposta de rúbrica d'avaluació CM.
- 7.** Avaluació. Proposta de rúbrica d'avaluació CS.



Els fulls marcats amb aquesta icona són per imprimir.

1. Presentació del projecte

Observeu les imatges següents i responeu a les preguntes que hi ha a continuació:



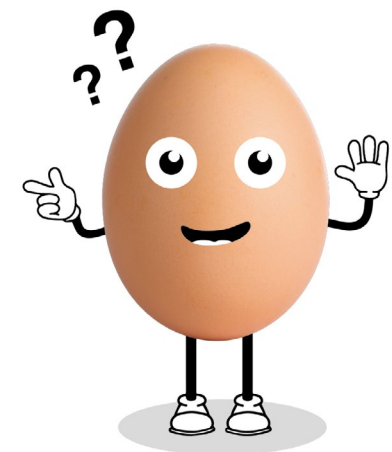


Fitxa 1

Què tenen en comú aquestes imatges?

Quines emocions us generen?

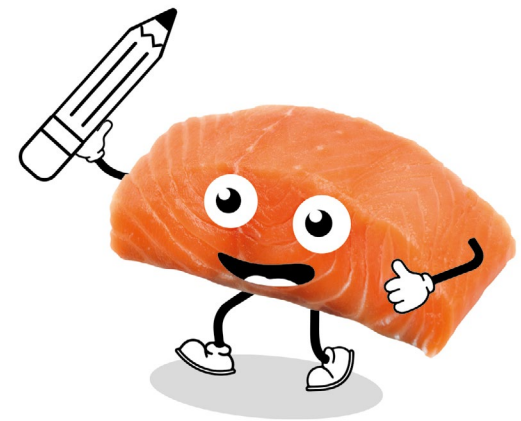
D'on són els aliments que apareixen a les imatges?





Feu una llista dels aliments que apareixen a les imatges i les festes tradicionals amb les que s'associen:

- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →
- →





Aquestes imatges són bons exemples d'alimentació sostenible? Per què?



US PROPOSEM EL SEGÜENT REPTE
Quines accions relacionades amb l'alimentació podem realitzar per fomentar la sostenibilitat?





2. Com ens organitzem?

Quines fonts d'informació pots consultar per trobar respostes al repte plantejat?

Marca les opcions que consideris adequades:

Visita un mercat proper.

Entrevistar a les persones que cuinen a l'escola.

Parlar amb els botiguers i botigueres del barri.

Preguntar a la família.

Consultar fonts bibliogràfiques, vídeos, webs...

Altres (Indica quines):

.....

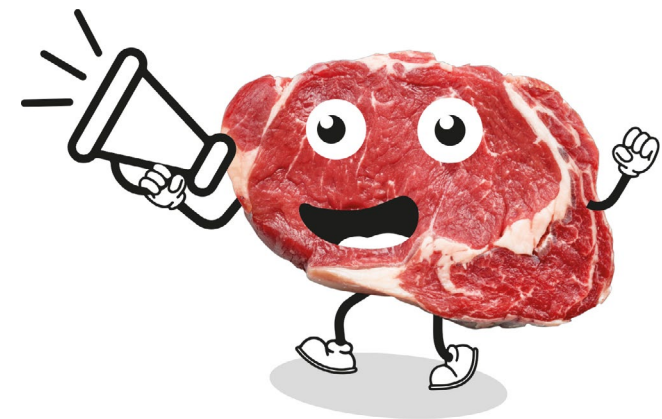
.....

.....



Per anar al mercat, cal recordar que hi ha molta gent que hi treballa i clients/es que poden anar carregats. Per tant, cal seguir una sèrie de normes durant la visita:

- 1.** Cal ser **respectuosos amb tothom** i mirar de **no destorbar ningú** mentre es fa la visita.
- 2.** Cal fixar-se si hi ha més gent a la parada. Si és així, cal **preguntar pel vostre torn i esperar**.
- 3.** Pel mercat, heu de **caminar tots/es junts/es. No s'ha de córrer**.
- 4.** Cal **demanar permís per fer fotografies a persones i comerços**, després d'explicar qui sou i quin és el motiu de la vostra visita.
- 5.** Es poden **fer fotografies de tot allò que pugui ser interessant** i que ajudi a il·lustrar les informacions que aneu recollint.
- 6.** Quan arribi el vostre torn, haureu de **presentar-vos**, dir de quin centre veniu i explicar quina feina feu.
- 7.** Cal **parlar** amb tothom amb **respecte**.

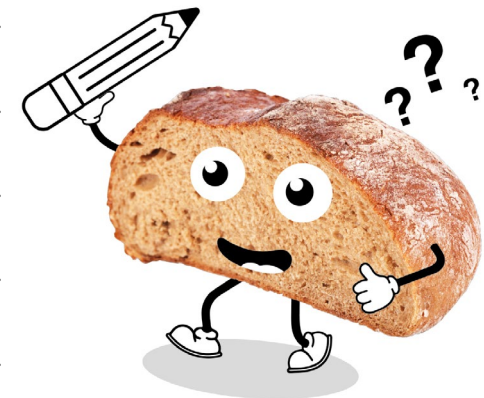




La visita al mercat serà una gran oportunitat per donar resposta a totes les preguntes que teniu al voltant de l'alimentació saludable i sostenible.

Escriviu la llista de totes les preguntes que voleu investigar:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12



3. Fonts d'informació: la piràmide alimentària

Piràmide de l'alimentació saludable i l'activitat física



C S B Consorci Sanitari de Barcelona

+B Agència de Salut Pública

4. Fonts d'informació: llistat d'enllaços amb vídeos sobre els continguts del projecte

A) Els tipus d'aliments, la piràmide alimentària i la dieta saludable.

- Gent de Mercats “Menjar sa per la salut” (dieta saludable).
- Som el que mengem: 4 realitats sobre la relació amb el menjar (dieta saludable).
- Gent de Mercats “Verdura i fruita ecològica” i dieta saludable.
- Alberto Chicote sobre producte fresc i alimentació saludable.
- Carlos Ríos sobre el *Real food*.

B) Introducció als aliments de temporada.

- Carlos Ríos sobre producte de temporada (explicació).
- Per què és important consumir producte de temporada?
- El xef Pep Nogué ens parla del producte de temporada i la seva importància.
- Joan Gurguí sobre producte de temporada.
- El xef Sergi de Meià sobre el producte de temporada.
- El xef Carles Gaig parla dels productes de temporada.

C) Sostenibilitat. La procedència dels aliments i els impactes en el medi ambient. Introducció als aliments de proximitat.

- Mercat de proximitat.
- Més productes de proximitat i ecològics als mercats de Barcelona.
- Gent de Mercats “Ho collim i l'endemà està venut”. Procedència dels aliments.
- La proximitat als mercats.
- L'Hort Urbà del Mercat de la Vall d'Hebron-Teixonera de Barcelona. Fomenten la sostenibilitat i donen resposta a col·lectius més vulnerables que s'encarreguen de la participació o del repartiment de les collites.
- Comerç Verd.
- Comerç Verd: distintius per als productes de proximitat i ecològics.
- Gent de Mercats i Comerços “Producte de proximitat”. Com demostrar que un producte és producte de proximitat.
- Alimentació sostenible (UOC).
- Mercat respon: Vídeo responent preguntes sobre l'estacionalitat i la proximitat de diferents aliments.

D) El concepte de malbaratament alimentari i les desigualtats socials.

- L'amenaça mediambiental.
- El concepte de malbaratament alimentari.
- Marta Beltran sobre mesures de prevenció del malbaratament alimentari als mercats.
- Rosa Garcia sobre mesures contra el malbaratament.
- El Mercat Respon: cuina d'aprofitament.
- El Mercat de Trinitat contra el malbaratament alimentari.
- Mercat Sant Andreu – Ecològics Tugas. Productes ecològics (impactes mediambientals).

E) Introducció a la gestió de residus. Els embalatges dels aliments i l'abús en el consum de plàstics.

- El que no veiem (plàstics).
- La dependència (impactes mediambientals).
- Rosa Garcia sobre impacte ambiental.
- Residu Zero.

F) Altres recursos interessants.

- Els mercats et cuiden. El Mercat del Carmel i la Xarxa de Suport Mutu. Donacions d'aliments.
- Els mercats et cuiden. El Mercat de Lesseps i el Rebost Solidari de Gràcia.
- Gent de Mercats i Comerços “Servei a domicili”.

Criteris d'avaluació

5. Avaluació. Rúbrica de coavaluació per cycle inicial

ÍTEM	NOVELL	APRENT	AVANÇAT	EXPERT
Comprensió de la classificació dels aliments.	Explica els diferents tipus d'aliments, però ho fa de forma incompleta i/o sense una estructura ben definida.	Explica els diferents tipus d'aliments, de forma completa i basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments.	Explica els diferents tipus d'aliments, basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments i remarquant la importància d'ingerir-los de forma variada i equilibrada.	Explica els diferents tipus d'aliments, basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments, remarquant la necessitat d'ingerir-los de forma variada equilibrada i de consumir aliments frescos, amb el mínim de processament.
Comprensió dels conceptes de proximitat i estacionalitat.	Explica a grans trets els conceptes de proximitat i estacionalitat, però ho fa de forma molt genèrica o comet algun error conceptual.	Explica de forma clara els conceptes de proximitat i estacionalitat, remarquant la importància de consumir productes propers i de temporada.	Explica de forma clara els conceptes de proximitat i estacionalitat, remarquant la importància de consumir productes propers i de temporada i posant exemples concrets.	Explica de forma clara els conceptes de proximitat i estacionalitat, remarquant la importància de consumir productes propers i de temporada, posant exemples concrets i mostrant compromís i sensibilitat vers els hàbits de consum responsable.
Producció de material lúdic relacionat amb el mercat i els diferents tipus d'aliments.	Participa en la creació d'un material lúdic, però aquest està poc treballat o li manquen alguns dels principals grups d'aliments.	Participa en la creació d'un material lúdic, ben treballats i incloent productes de tots els tipus de la piràmide alimentària.	Participa activament en la creació d'un material lúdic, ben treballat i incloent productes de tots els tipus de la piràmide alimentària i adaptant el format de la seva proposta al públic destinatari.	Participa activament en la creació d'un material lúdic, ben treballat, incloent productes de tots els tipus de la piràmide alimentària i fent ús del llenguatge verbal, matemàtic, visual i plàstic, per aconseguir una proposta adaptada, enriquidora i atractiva pel públic destinatari.

6. Avaluació. Rúbrica de coavaluació per cycle mitjà

ÍTEM	NOVELL	APRENT	AVANÇAT	EXPERT
Comprensió de la classificació dels aliments i del concepte d'alimentació saludable i equilibrada.	Explica els diferents tipus d'aliments, però ho fa de forma incompleta i/o sense una estructura ben definida.	Explica els diferents tipus d'aliments, de forma completa i basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments.	Explica els diferents tipus d'aliments, basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments, incloent què aporta nutricionalment cada grup i remarcant la necessitat d'ingerir-los de forma variada i equilibrada.	Explica els diferents tipus d'aliments, basant-se en l'estructura de la piràmide dels aliments, incloent què aporta nutricionalment cada grup i remarcant la necessitat d'ingerir-los de forma variada, equilibrada i amb el mínim de processament possible.
Comprensió dels conceptes de sostenibilitat i de consum responsable.	Explica a grans trets els conceptes de sostenibilitat i de consum responsable, però ho fa de forma molt genèrica o comet algun error conceptual.	Explica de forma clara els conceptes de sostenibilitat i de consum responsable, remarcant la importància de consumir productes de proximitat i de temporada.	Explica de forma clara els conceptes de sostenibilitat i de consum responsable, remarcant la importància de consumir productes de proximitat i de temporada i posant exemples de mesures concretes que es poden prendre a l'hora de la compra.	Explica de forma clara els conceptes de sostenibilitat i de consum responsable, remarcant la importància de consumir productes de proximitat i de temporada, posant exemples de mesures concretes que es poden prendre a l'hora de la compra i mostrant compromís i sensibilitat vers els hàbits de consum responsable i la cura del medi ambient.
Producció d'una proposta alimentària saludable.	Participa en la creació d'una proposta d'esmorzar o berenar, però aquesta no aplica alguns dels criteris de l'alimentació saludable o sostenible.	Participa en la creació d'una proposta d'esmorzar o berenar, incloent aliments variats, frescos i equilibrats.	Participa en la creació d'una proposta d'esmorzar o berenar, incloent aliments variats, frescos i equilibrats i tenint en compte les necessitats nutricionals de les persones destinatàries.	Participa en la creació d'una proposta d'esmorzar o berenar, incloent aliments variats, frescos i equilibrats, de proximitat i de temporada i tenint en compte les necessitats nutricionals de les persones destinatàries.

7. Avaluació. Rúbrica de coavaluació per cycle superior

ÍTEM	NOVELL	APRESENT	AVANÇAT	EXPERT
Exposició oral en torn els tipus d'aliments, la sostenibilitat, el consum responsable i la gestió de residus.	La seva exposició inclou els diferents tipus d'aliments, els conceptes de sostenibilitat, de consum responsable i de gestió de residus, però no adapta el discurs als destinataris, la informació presentada és incompleta o no està ben estructurada.	La seva exposició inclou els diferents tipus d'aliments, els conceptes de sostenibilitat, de consum responsable i de gestió de residus, adaptant el seu discurs als destinataris, de forma completa i ben estructurada.	La seva exposició inclou les aportacions nutricionals dels diferents tipus d'aliments, els conceptes de sostenibilitat, de consum responsable i de gestió de residus, adaptant el seu discurs als destinataris, de forma completa, ben estructurada i remarcant la importància d'ingerir-los de forma saludable i respectuosa amb el medi ambient.	La seva exposició inclou les aportacions nutricionals dels diferents tipus d'aliments, els conceptes de sostenibilitat, de consum responsable i de gestió de residus, adaptant el seu discurs als destinataris, de forma completa, ben estructurada i donant pautes de com consumir-los de forma saludable i respectuosa amb el medi ambient en el nostre dia a dia.
Elaboració d'una proposta de gestió de residus en torn el mercat i els aliments.	La proposta està poc treballada o no té en compte algun aspecte rellevant en relació a la sostenibilitat, el consum responsable o la gestió de residus.	La proposta està força treballada i inclou l'explicació d'alguna de les tres R per disminuir els residus associats al consum d'aliments.	La proposta està ben treballada, aporta alguna informació dels efectes en el medi ambient que provoquen els residus i inclou l'aplicació pràctica d'una o més de les tres R per disminuir els residus associats al consum d'aliments.	La proposta està ben treballada aporta informació clara i objectiva dels efectes en el medi ambient que provoquen els residus i inclou l'aplicació pràctica d'una o més de les tres R, de forma operativa i viable en el temps i amb els recursos disponibles.
Treball cooperatiu	El resultat final mostra que hi ha hagut poca coordinació i comunicació entre els membres de l'equip.	El resultat final mostra que hi ha hagut coordinació i comunicació entre els membres de l'equip.	El resultat final mostra que hi ha hagut coordinació i comunicació entre els membres de l'equip, demostrant que tots han fet aportacions tant en la recerca d'informació, com en la generació d'idees per a la proposta.	El resultat final mostra que hi ha hagut coordinació i comunicació entre els membres de l'equip i les persones externes amb les que han col·laborat, demostrant que tots han fet aportacions tant en la recerca d'informació, com en la generació d'idees per a la proposta.



www.mercats.barcelona

