



A què oloren els mercats?

Presentació

Sabries reconèixer un aliment per la seva olor? I pel seu tacte? Pel seu gust? I es que amb els aliments, com amb qualsevol altre experiència de consum, intervenen tots els nostres sentits o alguns d'ells i només la vista.

Us proposem una activitat al voltant dels mercats i dels sentits que entren en joc quan els visitem i/o consumim en ells, per tal que els nens i nenes siguin més conscients que en qualsevol acte de consum, els sentits i tot allò que ens desperten també juga un paper molt important.

Objectius educatius

- Desenvolupar la capacitat sensitiva dels nois/noies, tot posant en marxa els cinc sentits davant de diferents productes alimentaris i/o establiments: observar, oloren, tocar, tastar i escoltar.
- Verbalitzar i posar paraules a les emocions que ens desperten diferents experiències sensitives amb diferents aliments i/o establiments.

- Prendre consciència que, en qualsevol acte de consum, entren en joc diferents emocions, tot tenint en compte la importància de reflexionar sobre elles (conveniència o no).
- Gaudir de l'observació i descoberta de l'entorn proper i del treball col·lectiu.

Activitats

Proposem 3 blocs d'activitats.

Visita a un mercat municipal

Començarem per una petita sortida. Cistell a la mà, buscarem un dels mercats que tinguem més a prop per fer-hi una visita i comprar alguns aliments.

Per preparar la seva visita, podem formular-nos preguntes del tipus:

Què és un mercat municipal? Què trobem en ell? Com són les botigues i els treballadors que les atenen? Què podem trobar i comprar? Com es presenten els aliments que trobem allà? Estan embassats? Com és la gent que compra? Què porta per recollir la compra? Etc.

I entre aquestes, no ens oblidarem una de les preguntes clau: **a què oloren els mercats?**

Per tal de respondre, farem parelles o petits grups. Aquestes parelles han d'anar juntes durant el recorregut de la visita amb un mocador suficientment gran per tal de tapar-se els ulls. De manera rotativa, ens els taparem mútuament i anirem d'una parada a l'altra. Un dels membres de la parella o grup serà el qui hagi d'ende-

nar, tot olorant l'espai, en quina parada ens trobem. Els altres li faran de guia fins arribar a la botiga en concret per tal de poder desplaçar-se sense problemes i no tenir cap ensurt. Així doncs, nassos ben oberts, i a experimentar!!

En les diferents parades comprarem diferents aliments amb els que podrem experimentar posteriorment. Així doncs, proposem: fruita, fruita seca, hortalisses, pa...

Aprofitarem per establir una conversa amb els botiguers "de tota la vida" i "de confiança" de les diferents parades, fent preguntes al voltant dels productes que comprem. Segur que els seus consells i/o recomanacions són de gran utilitat.

Pot ser útil també per preparar la sortida, recordar algunes normes bàsiques com espai públic on pot ser que hi hagi molta gent i molt variada a qui hem de respectar: gent gran, botiguers traslladant mercaderies, etc.



Títol de l'activitat



Taller dels sentits

Experimentem amb el que hem comprat? Anem a aprendre i a conèixer millor els diferents aliments i sobretot anem a passar-nos-ho bé amb ells.

Els olorarem, els tocarem, els compararem, i sobretot els tastarem! Podem pensar diferents maneres de menjar-los i elaborar diferents receptes senzilles que continguin algun dels aliments comprats.

Piràmide alimentària

Per finalitzar, podríem reflexionar sobre quin lloc hauria d'ocupar en la nostra alimentació el consum dels productes que hem comprat. Quantes vegades hauríem de menjar....? Per a què es important menjar...?

Pot ser útil, disposar del dibuix d'una piràmide i col·locar el nom, fotos i/o dibuixos que hem fet dels productes.

Eix artístic: foto muntatge

Què tal si agafem la càmera de fotos el dia de la visita al mercat i ens fem una foto a cada una de les parades?

Podríem muntar un foto-mural que representés el mercat? Podem acabar de dibuixar els passadissos, altres clients, la porta, etc...Recordeu demanar permís abans de fer les fotografies i convida als treballadors/es a que surtin amb vosaltres. Pot ser molt divertit!

Un cop elaborat, podem tornar a aprofitar per parlar sobre la sortida i recuperar aquelles preguntes que vam for-

mular en la seva preparació. Han canviat les respostes? Podem dir més coses?

Valoració

- Grau de descoberta de l'entorn proper i el mercat com a lloc saludable i agradable.
- Presa de consciència del valor del tracte personal que podem rebre en els establiments de proximitat.
- Actitud davant de les experiències sensorials que ens proporcionen en aliments frescos i de proximitat.
- Número de reflexions sobre les característiques de la compra de proximitat com a pràctiques sostenibles: ús del carro de la compra, cistell, aliments no embalsats, etc.
- Interès mostrat per la importància de saber comprar aliments saludables per al nostre cos.

- Làmines del mercat: <http://www.cal.cat/Backend/Upload/Company/Didactic/+8Zli-d543+EVbFE893NwPWj5fEWOuQZyshKsMxqM%5BSLSH%5DXM=.pdf>
- Material didàctic de l'ajuntament de Barcelona: <http://www.menjodemercat.cat/material-didactic>
- Piràmide alimentària i molts més recursos sobre alimentació saludable: <http://www20.gencat.cat/portal/site/canalsalut/menui-tem.860e901bf7168d2c8bd97260b0c0e1a0/?vgnex-toid=0adfd8b530bec210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=0adfd8b530bec210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD>

Més idees!

- Podem implicar a les famílies animant-les a anar a un altre mercat i fer-se una foto en algunes de les parades per tal d'ampliar el nostre foto-mural.
- Joc on-line sobre el mercat: <http://www.edu365.cat/primaria/ecollida/lamines/mercat/>

