



# 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 convideu 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 empaquetats, etc.
- Interès mostrat per la importància de saber comprar aliments saludables per al nostre cos.

### 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.

- Logotip online sobre el mercat: <http://www.edu365.cat/primaria/acollida/lamines/mercat/>

- 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/menuitem.860e901bf7168d2c8bd97260b0c0e1a0/?vgnnextoid=0adfd8b530bec210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=0adfd8b530bec210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD>

