

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è

Per mantenir
l'equilibri,
menjo
de mercat!



Mercats de Barcelona



Ajuntament
de Barcelona



Diputació
Barcelona

Àrea de Comerç

MedEmporion
BARCELONA - TORINO - MARSEILLE - GENOVA



L'Europe en Méditerranée
Europe in the Mediterranean



Presentació de la proposta

Per mantenir l'equilibri, menjo de mercat! és una activitat educativa on els mercats municipals conviden les escoles a fer que els seus infants i joves s'acostin a descobrir el mercat i allò que el caracteritza i el diferencia d'altres formes de comerç.

La proposta educativa s'adreça tant a l'Educació Primària com a l'Educació Secundària Obligatòria, organitzant els seus continguts de manera seqüencial i acumulativa, de manera que amb cada activitat es treballen continguts nous i es reforcen els anteriors.

L'activitat té una finalitat doble: d'una banda, facilitar una dinàmica educativa que permeti als alumnes tenir una experiència directa del que és el mercat a través d'una visita a les seves instal·lacions. D'altra banda, animar tots els participants en el programa educatiu de mercats a compartir les seves experiències i impressions sobre la visita a través d'un web dissenyat especialment per al projecte o a la seva pròpia pàgina per tal que sigui accessible per a tothom que hi estigui interessat.

Aquesta guia té l'objectiu de compartir amb els docents tots els aspectes que s'han considerat en el disseny de la proposta per tal de facilitar la seva aplicació a l'aula.

Els continguts i les activitats han estat descrits tenint en compte un grup estàndard. Entenem que cada alumne i cada aula té unes característiques determinades, per la qual cosa caldrà ajustar la proposta a cada context.

D'altra banda, el mercat permet treballar un ampli ventall de continguts. No tots estan contemplats en aquest projecte, però us encoratgem a aprofitar les seves possibilitats i fer-lo créixer tant com ho considereu necessari. En aquest sentit, al final d'aquesta guia es fa esment de diverses temàtiques que poden complementar i ampliar el treball a l'aula.

Tot i que la visita serà autoguiada, cal posar-se en contacte amb l'Oficina del Programa Educatiu (mitjançant correu electrònic a l'adreça programaeducatiu@menjodemercat.cat o per telèfon al **680 678 062**). Des d'allà es gestionarà la visita acordant el dia i l'hora en què el grup pot visitar el mercat municipal més proper al centre educatiu.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



CURS	ACTIVITAT	CONTINGUT
1r 2n 3r Primària	INVESTIGUEM LA LLISTA DE LA COMPRA	Els trets diferencials dels productes de mercat: productes frescos, variats i de qualitat.
4t 5è 6è Primària	MENÚ DE MERCAT	El mercat com a opció de consum: productes frescos, variats i de qualitat lligats amb el concepte de comerç de proximitat.
1r cycle ESO	AL MERCAT PER MENJAR COM CAL	Comerç de proximitat i relació entre els productes del mercat (frescos, variats i de qualitat) i la dieta saludable.
2n cycle ESO	UNA COMPRA AMB MOLT VALOR	El mercat com a opció de consum que ens aporta un seguit de valors afegits a la compra: • Productes variats, frescos i de temporada. • Dieta saludable i cultura alimentària. • Consum sostenible i ecològic i activació econòmica del territori. • Comerç de proximitat, tracte personalitzat i activació social del territori.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



Menú de mercat

Aquesta proposta d'activitats presenta una finalitat doble:

- **Transmetre als alumnes les principals característiques que defineixen els productes** que trobem als mercats, és a dir, productes variats, frescos i de qualitat.
- **Aprofundir en el concepte de comerç de proximitat** com a model de consum dels mercats (atenció directa al client, orientació i assessorament respecte a la compra, informacions directes sobre els productes, tracte personalitzat...).

Per fer-ho, proposarem als alumnes dos supòsits diferents que els portaran a triar els productes que han de comprar al mercat.

Objectius:

- **Reconèixer el valor del mercat com un establiment especialitzat** en productes alimentaris frescos, variats i de qualitat.
- **Descobrir el comerç de proximitat**, tot reconeixent l'atenció personalitzada, l'orientació i la informació al consumidor com les seves característiques principals.
- **Entendre la necessitat d'una planificació prèvia** abans d'anar a comprar al mercat.
- Relacionar els productes del mercat amb la **dieta sana, rica i equilibrada**.

Contribució de l'activitat a les competències bàsiques

A través de les activitats següents podrem treballar aspectes diferents que ajudaran a desenvolupar diverses competències bàsiques:

A la proposta, hi trobem activitats de conversa, debat i reflexió conjunta que ajudaran a treballar aspectes relacionats amb la **competència comunicativa i lingüística**.

Amb la tasca de recollir informació durant la visita al mercat i el seu tractament posterior per confeccionar el treball final desenvoluparem aspectes relacionats amb la **competència del tractament de la informació**.

D'altra banda, descobrint el mercat més proper i participant en la seva activitat es poden potenciar els aspectes relatius a la **competència d'interacció amb el món físic i la competència social i ciutadana**.

En el moment de penjar i compartir les creacions que es proposen al treball final podem ajudar a treballar la **competència digital**.

Finalment, la reflexió sobre els progressos i coneixements que s'adquireixen relaciona la proposta amb la **competència d'aprendre a aprendre**.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



Estructura de l'activitat

L'activitat presenta tres moments diferents: abans, durant i després de la visita, ordenats de la manera següent:

SEQÜÈNCIA DE LES ACTIVITATS



Treball inicial i de planificació a l'aula

“QUÈ SABEU DELS MERCATS?” *

“ABANS D'ANAR AL MERCAT” *

“UN ESMORZAR O BERENAR ORIGINAL I SALUDABLE”



Visita al mercat

“MENÚ DE MERCAT”



Activitat de síntesi i comunicació

“INVITACIÓ A BERENAR O ESMORZAR”



Les possibilitats didàctiques i els continguts relacionats amb el mercat són molt amplis i rics, però per delimitar la proposta hem optat per 5 dinàmiques concretes. D'altra banda, tenint en compte que el temps dedicat al projecte pot ser diferent en cada cas, s'han identificat dos tipus d'activitats:

- Activitats bàsiques de la proposta, marcades en verd.
- Activitats d'aprofundiment, ampliació o suport, destacades en color magenta.

Tot seguit es detalla el contingut i metodologia de cadascuna d'aquestes activitats.

* activitat complementària

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



TREBALL INICIAL I DE PLANIFICACIÓ A L'AULA

“QUÈ SABEU DELS MERCATS?”

(recurs didàctic al quadern per a alumnes)

activitat
complementària

Lloc: a l'aula

Temps: 10-15 min

Materials: fitxa “Què sabeu dels mercats” del quadern per a alumnes

Altres: aquesta activitat es pot allargar o escurçar segons el criteri del docent i les característiques de la classe



Aquesta activitat es planteja com **una introducció al tema dels mercats en la qual es reflexionarà sobre les seves principals característiques.**

La proposta consisteix en una primera presentació per part del docent de l'activitat de mercats seguida d'un petit debat sobre el tema. Al quadern hi ha unes preguntes senzilles que poden ajudar a iniciar el debat. Aquestes preguntes les pot fer servir el docent per dinamitzar o les poden comentar els alumnes en petits grups abans de començar.

Altres consideracions:

Durant aquesta activitat convé activar els coneixements previs que tenen els alumnes sobre el tema del mercat, que ens permetran saber quins són els aspectes en què hem de fer èmfasi al llarg de les activitats i també comparar posteriorment els coneixements que ells tenen abans i després de realitzar les activitats.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



TREBALL INICIAL I DE PLANIFICACIÓ A L'AULA

“ABANS D'ANAR AL MERCAT”

(recurs didàctic al quadern per a alumnes)

Lloc: a l'aula

Temps: 15-20 min

Materials: fitxa “Abans d'anar a comprar” del quadern per a alumnes.

Altres: en aquesta activitat cal remarcar la importància de fer una bona planificació. L'activitat es pot estructurar com més convingui al docent, però sempre és recomanable per tal d'introduir el tema de la planificació

activitat
complementària



Aquesta segona activitat està plantejada per transmetre als alumnes la necessitat de planificar qualsevol visita al mercat.

Tradicionalment, la compra al mercat demana un seguit de **consideracions prèvies** que cal tenir en compte i que en fan una pràctica excel·lent de consum responsable. Vegem-ne algunes:

1. El fet que sigui obert uns dies i hores determinats ens obliga a **planificar la compra**, és a dir, **quan hi anirem i què hi comprarem**.
2. Per la disposició de les parades o per tenir en compte quins dies hi trobem un producte determinat, **s'acostuma a anar al mercat amb la llista de productes** que interessa adquirir. La llista sempre és una bona aliada a l'hora de consumir, mesurar la despesa i preveure el que necessitem.
3. L'estructura de l'espai, la quantitat de gent que hi trobem i la necessitat d'aprofitar per a comprar tot allò que hi ha a la llista ens obliga a **dur un cabàs o un carro** on col·locar els productes que anem comprant.

Tot plegat fa que anar al mercat sigui una mena de ritual que afavoreix uns hàbits de consum molt recomanables.

La seqüència de l'activitat és la següent:

- Petit **exercici de seqüenciació** dels passos que cal fer abans d'anar al mercat. Aquesta activitat es pot dur a terme de diverses maneres, segons convingui al/la docent: de manera individual, en petits grups o bé conjuntament amb tota la classe.
- Posada en comú de l'activitat i explicació de la lògica d'aquest ordre: per què és important mirar què ens falta abans de fer la llista, els motius de decidir el dia que anirem a comprar, etc.
- Explicació dels elements que hem d'agafar abans d'anar a comprar: carro, cabàs, llista de la compra, etc.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



TREBALL INICIAL I DE PLANIFICACIÓ A L'AULA

“UN ESMORZAR O BERENAR ORIGINAL I SALUDABLE!”

(recurs didàctic al quadern per a alumnes)

Lloc: a l'aula

Temps: 35-45 min

Materials: fitxa “Esmorzar/berenar saludable” i graelles “El menú del mercat”

Altres: en aquesta activitat cal dividir la classe en grups, decidir si faran un berenar o un esmorzar i començar a omplir la graella de productes, el preu dels quals hauran d'investigar durant la visita



Aquesta activitat té com a finalitat mostrar la importància de planificar una visita al mercat i establir els passos que cal seguir. S'hi presenten els dos supòsits que ha de triar cada grup d'alumnes i que determinaran la seva visita al mercat. Per a l'activitat, proposem la dinàmica següent:

- Explicació dels dos supòsits que determinaran la confecció del menú** i la recollida d'informació durant la visita.
- Formació dels grups** en els quals es dividirà la classe per realitzar l'activitat. Recomanem que es facin quatre grups diferents, dos per a cada supòsit. D'aquesta manera, en posar en comú els menús, obtindrem molta més diversitat de possibilitats i punts de vista.
- Un cop fets els grups, cal **revisar el material de què disposaran els alumnes** per dur a terme la tasca encomanada:
 - Informació sobre esmorzars i berenars saludables.
 - Graella on anotar els productes que necessiten per confeccionar la seva proposta, a més de la quantitat i el preu.
- Finalment, els grups faran una **primera proposta orientativa de menú** i un **càlcul de les quantitats** que els caldran per a tota la classe. Durant la visita tindran l'oportunitat de compartir les seves previsions amb els paradistes, que els orientaran respecte a les quantitats i potser els suggeriran altres articles de característiques similars, però amb aspectes concrets que s'ajustin més al supòsit.

Cal explicar als alumnes que han de mirar de fer propostes originals i crear un berenar/esmorzar que sigui alhora saludable i divertit.

És important lligar els continguts d'aquesta activitat amb temes relacionats amb els bons hàbits de consum. Cal traslladar la idea que una planificació correcta i reflexiva ens permetrà comprar només allò que ens cal, controlar el pressupost que hi destinem i fer canvis assenyats si no trobem el producte que busquem.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



○○○ TREBALL INICIAL I DE PLANIFICACIÓ A L'AULA

Preparació de la visita

Abans de realitzar la visita és important que tingueu en compte les informacions següents:

- Abans d'anar al mercat cal que **concerteu un dia de visita** amb l'Oficina del Programa Educatiu. Per fer-ho podeu trucar al **680 678 062** o enviar un correu a **programaeducaci@menjodemercat.cat**
- És important que **prepareu els vostres alumnes per a la visita**: cal explicar molt clarament què és el que farem, quin mercat anirem a visitar, quin dia es durà a terme la visita, etc.
- És important **implicar les famílies d'alguna manera en la visita**. Per fer això podeu demanar als vostres alumnes que parlin a casa sobre el que han de fer al mercat i que demanin consell per moure's per les parades o informacions sobre els productes. La idea és **crear expectatives als alumnes i buscar la complicitat de les famílies amb vista a la visita**.
- Recordeu que per fer la visita és important que **dugueu càmera fotogràfica** per poder fer fotos de tot allò que pugui il·lustrar posteriorment el treball final. Si al centre existeix un protocol per demanar aquest tipus de material seria interessant que els alumnes poguessin participar en aquest procés. També podeu demanar als nens i nenes que duguin les seves càmeres de casa.



Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



VISITA AL MERCAT

Benvinguda

En arribar al lloc de la visita, la **direcció del mercat** ens donarà la **benvinguda** i algunes informacions concretes sobre l'espai que ens disposem a visitar. En acabat, **ens convidarà a la descoberta de les diverses parades**.

Seguidament recomanem que es faci un **repàs de les normes i consells que trobem al quadern per a alumnes** i que ens ajudarà a realitzar la visita sense destorbar els treballadors ni els clients.

Un cop feta aquesta benvinguda, cal **distribuir la classe** per fer la visita en grups de treball. D'aquesta manera cada grup cercarà la informació que necessita.

Els alumnes disposaran d'uns distintius que permetran als comerciants i venedors identificar-los com a escolars que estan duent a terme una visita al mercat.

Tot i que el mercat és un recinte segur, abans de començar la visita recomanem que **es pacti un lloc de trobada** per si de cas algun alumne se separa del seu grup. Així mateix, si es considera necessari, es pot fer una visita ràpida al mercat que permeti als nens i nenes descobrir el recinte i orientar-s'hi.



Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



VISITA AL MERCAT

“MENÚ DE MERCAT”

(recurs didàctic al quadern per a alumnes)

Lloc: al mercat

Temps: 35-45 min

Materials: planificació prèvia a l'aula, càmera de fotos i allò que calgui per a anotar o enregistrar la informació recollida (fulls, llapis, enregistradora de veu, etc.). Xapes identificatives.



Durant la visita cal que els alumnes:

1. **Planifiquin les parades** que volen visitar.
2. **Busquin les parades** on s'ofereixen els productes seleccionats prèviament per tal de complir amb els requisits del seu supòsit. Un cop trobada la parada, han de mirar la quantitat de producte que necessiten i quin preu té. Han de repetir el procés fins que tinguin tota la informació sobre tots els productes que necessiten. A les diverses parades podran intercanviar opinions i rebre orientacions dels venedors.
3. **Recullin algunes imatges** del seu procés de selecció (foto del grup en alguna de les parades, imatges d'alguns dels productes seleccionats, fotos dels indicadors de preus...).

És recomanable que els alumnes disposin de la graella que van començar a preparar durant la planificació de l'activitat. D'aquesta manera poden anar a buscar directament els productes que els interessin i anotar la quantitat que en compren i el preu de cada compra.

Cal tenir en compte que, si bé el tracte amb els venedors i venedores es valora com a fonamental per descobrir el concepte de **comerç de proximitat**, és possible que les circumstàncies de la parada no ho permetin. Per això és recomanable que preparem els infants perquè entenguin aquestes situacions i que anem a una altra parada on els puguin dedicar més temps.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



ACTIVITAT DE SÍNTESI I COMUNICACIÓ

“INVITACIÓ A BERENAR I ESMORZAR”

(recurs didàctic al quadern per a alumnes)

Lloc: a l'aula

Temps: 40-45 min

Materials: informació recollida durant la visita, fotos, etc.

Altres: informació recollida durant la visita al mercat. Fitxa “Invitació per berenar/esmorzar”

Altres: el resultat del treball final es podrà penjar a la pàgina web del programa educatiu de mercats, per tal de compartir-lo amb altres companys. També es podran visitar treballs d'altres centres i escriure i rebre comentaris

Finalment cal que **els alumnes acabin d'omplir les graelles** que tenen al quadern per a alumnes, on han d'especificar els productes que han escollit segons el seu supòsit, el preu que costa el producte, quina quantitat creuen que cal comprar i el preu final de tot l'esmorzar o berenar. També cal que justifiquin l'elecció dels productes i si responen a les característiques d'una dieta sana i equilibrada.

Seguidament, **el/la docent demanarà a cada grup que faci una invitació** per a l'esmorzar o berenar on han d'aparèixer diverses informacions:

- Nom del berenar o esmorzar.
- Petita explicació dels “plats” que aportaran (sucs, entrepans, batuts, etc.).
- Ingredients que han fet servir.
- Justificació de les propietats saludables de la proposta.
- Preu per persona (que cal calcular segons la graella que van omplir al mercat).

La presentació d'aquesta activitat pot ser un moment ric de treball de grup, on els alumnes comparteixin els seus supòsits i valoracions respecte a l'experiència. D'altra banda, **podem engrescar el grup a votar la proposta que li sembli més atractiva, més apetitosa i més divertida**, i fins i tot en podem seleccionar una per a berenar o esmorzar plegats un dia.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



ACTIVITAT DE SÍNTESI I COMUNICACIÓ

Altres consideracions:

Per dur a terme la justificació d'una dieta sana i equilibrada es pot consultar la informació que s'inclou al quadern per a alumnes, a l'activitat de planificació "VISITA EL MERCAT".

Per tancar la proposta, realitzarem una xerrada amb tots els alumnes per tal que ens expressin les seves valoracions sobre la visita, les activitats i els nous coneixements que han adquirit.

El fet de recordar la conversa del primer dia permetrà contrastar els progressos que s'han dut a terme. Aquesta pot ser una informació important tant per al docent com per als alumnes, que així es faran conscients dels coneixements adquirits.



Animeu-vos a penjar els vostres murals a la pàgina web de l'escola per tal de compartir la informació que heu treballat amb tothom que hi estigui interessat.



Altres continguts que es poden treballar a partir d'aquesta proposta

Altres aspectes que podem treballar a partir d'aquest programa són:

El comerç del nostre barri

Amb el programa d'activitats sobre els mercats ens centrem en un únic espai comercial, però al nostre voltant hi ha altres tipus d'establiments que també podem catalogar com a comerç de proximitat. Partint de les activitats proposades en aquest programa es poden engegar altres iniciatives que tinguin com a finalitat conèixer la xarxa comercial del nostre entorn més proper.

Alimentació equilibrada

Amb aquesta proposta hem treballat el tema dels esmorzars i els berenars saludables, però partint d'aquesta base podem treballar el concepte general d'una alimentació rica i equilibrada, posant una atenció especial als grups d'aliments i als àpats que fem durant el dia.

Educació per al consum

La proposta treballa diversos continguts relacionats amb un consum responsable. A partir d'aquí es poden treballar altres aspectes, com ara la diferència entre desig i necessitat; entre compra per impuls i compra raonada; entre despesa prevista i despesa imprevista...

Recomanacions finals

La millor manera de conèixer el mercat és fer una compra i relacionar-nos amb els comerciants. Si l'escola necessita comprar algun producte alimentari, es pot aprofitar l'ocasió per deixar que els alumnes facin la compra.

Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



Identificadors per a la visita:

Durant la visita al mercat podeu fer servir aquest identificadors que informaran als comerciants i als clients que els alumnes estan participant en l'activitat educativa.



Guia d'orientacions didàctiques

Ed. Primària 4t, 5è i 6è



Per mantenir l'equilibri, menjo de mercat!

Ajuntament de Barcelona. Institut Municipal de Mercats
Diputació de Barcelona

Proposta educativa i desenvolupament de continguts:

Marinva Joc i educació

Disseny gràfic i maquetació:

RDC publicitat i comunicació

Amb el suport i l'assessorament de:

Institut d'Educació de l'Ajuntament de Barcelona (**IMEB**)
Agència de Salut Pública de Barcelona (**ASPB**)
Direcció de Comunicació de la Diputació de Barcelona
Federació Catalana d'Entitats contra el Càncer (**FECEC**)
Associacions de Comerciants dels Mercats de Barcelona

Més informació i inscripcions:

Oficina del Programa Educatiu
programaeducatiu@menjodemercat.cat
Tel. 680 678 062
www.menjodemercat.cat
www.mercatsbcn.cat



Mercats de Barcelona



Ajuntament
de Barcelona



Diputació
Barcelona

Àrea de Comerç

