

Amb força i energia de bon matí

El desdjejuni complet

NOM _____



Treball individual

Un bon desdjejuni ens dóna força i alegria de bon matí

Quins aliments componen un desdjejuni complet?

El desdjejuni de Píguí



Hola! Sóc Píguí i estic desdjejunant amb la família.

Cada dia ens asseiem junts per prendre els aliments que ens donen força i alegria de bon matí.

Quants aliments que hi ha a taula!

A vore, a vore... Què prendré hui per a desdjejunar? De moment em prepararé un bon got de llet. La resta ho hauràs d'endevinar.

Vols descobrir com és el meu desdjejuni? Doncs completa les activitats que hi ha a continuació.



Què desdjejuna hui Pigui?

Per a desdjejunar, hui Pigui prendrà 3 aliments.

3 enigmes que hauràs de resoldre si els vols endevinar.

Enigma 1.

El primer aliment te l'he dit al començament, en el desdjejuni de Pigui.

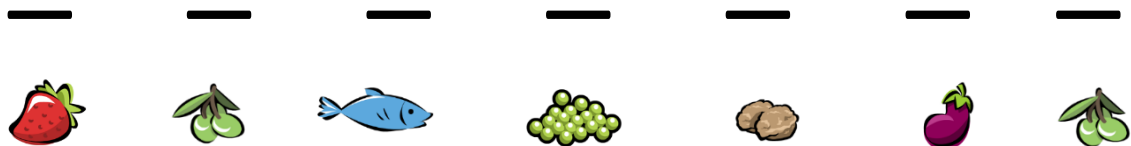
Si has estat atent en llegir, segur que ho saps respondre.

El primer aliment és LL _ T

Enigma 2.

El segon aliment està escrit en clau.

Si eres hàbil ho sabràs respondre



 = R

 = A

 = N

 = J

 = T

 = O

Enigma 3.

El tercer aliment no procedeix de la granja ni del mar.

Primer al molí les llavors cal triturar.

Amb altres ingredients, el forner l'ha de pastar.

I en el forn, amb molt afecte l'acaba de preparar.

Saps quin és? El tercer aliment és el p _



Pigui pren tots els dies un desdijuni amb tres tipus d'aliments. Sempre diferents, perquè li encanta variar.

Una fruita, un aliment fet amb llet i un altre fet amb cereals. Vols saber quins són?

Amb els passatemps els pots endevinar!

Passatemps 1 Les fruites de Pigui

Troba en esta sopa de lletres les fruites que Pigui pren per a desdijunar. Li agrada prendre'n una de diferent cada dia de la setmana.

D N X P E R A P W Y E
X Q P M T N C O G D P
C L I Z V T E N I G L
B T A R O N J A O U A
P O M A W K M C H L T
J I H H K R A I M Q A
U K M A D U I X A K N
K I W I M X J Y X Z H

Perquè ho pugues solucionar, una pista amb algunes lletres ací va.

P _ M A

R _ _ M

M _ D _ I X A

P L _ T _ N

K _ W I

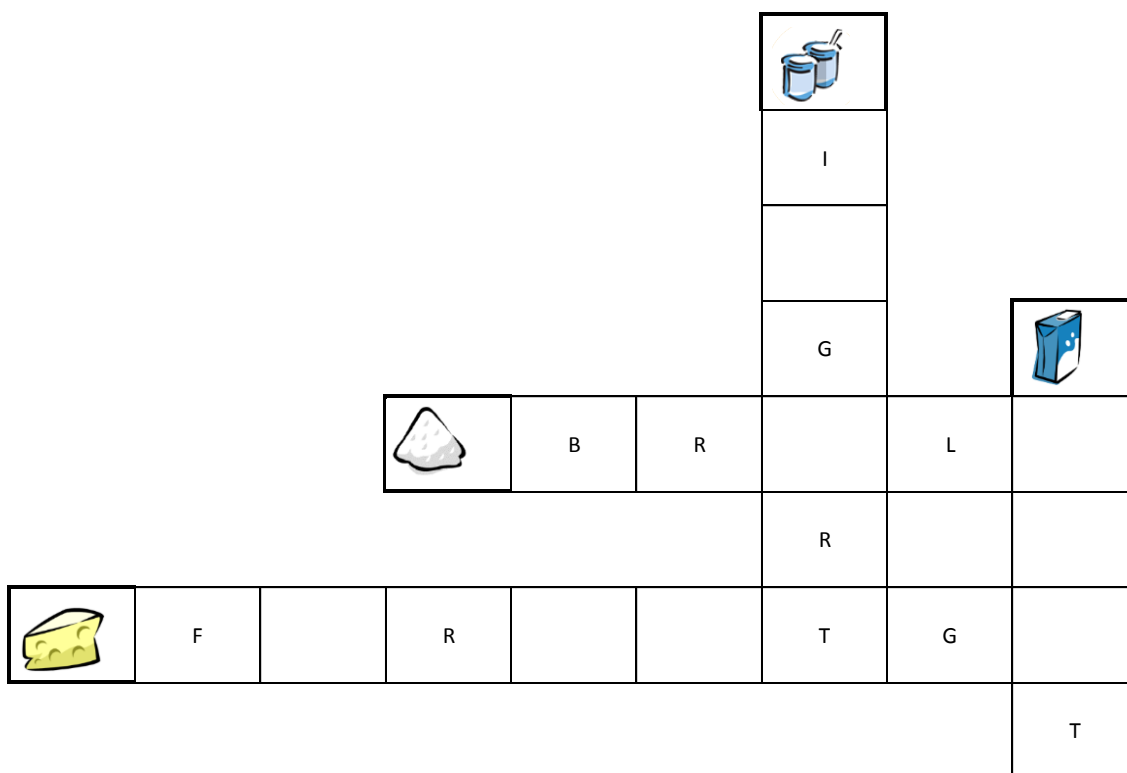
T _ R _ _ J A

P _ R A

Passatemps 2 La llet i els seus derivats.

La llet i els aliments que se'n deriven ens aporten calci per a tindre uns ossos i unes dents forts.

Troba en estos mots encreuats els lactis que pren Piquí durant la setmana per a desdijunar.



Amb força i energia de bon matí

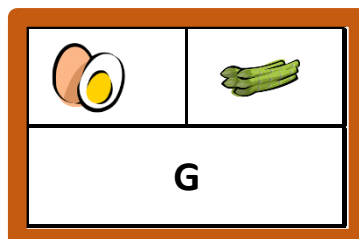
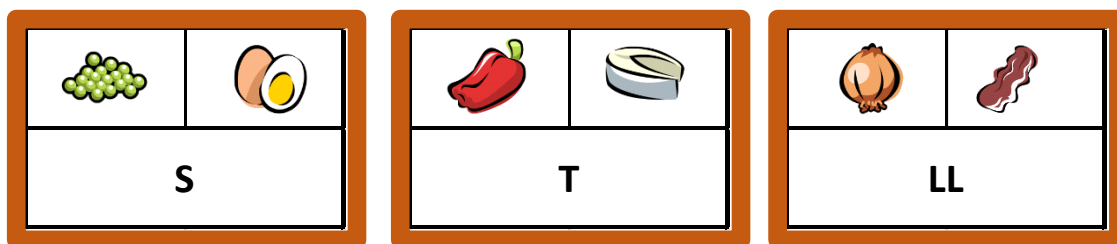
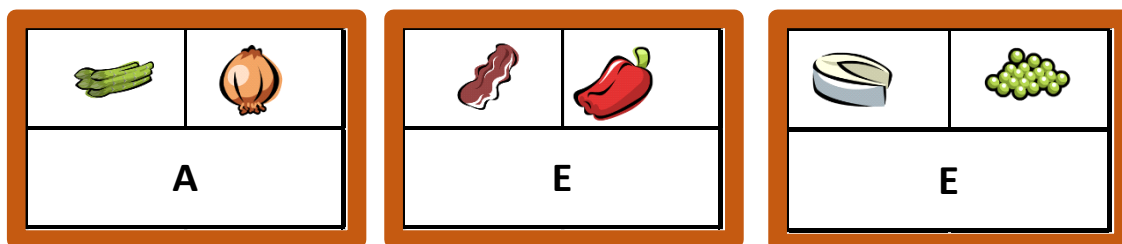
El desdjejuni complet

NOM _____

Passatemps 3 Els aliments fets amb cereals

Tots els cereals no són iguals. Hi ha el blat, l'avena, el ségol i molts més. Amb estos cereals es preparen alguns aliments del desdjejuni.

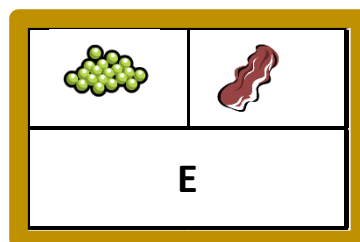
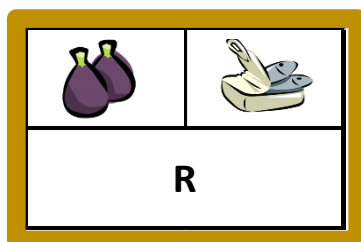
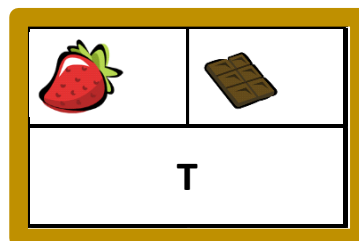
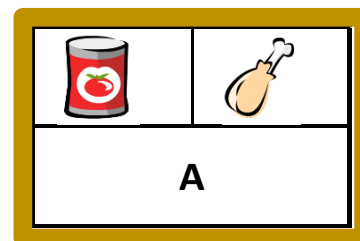
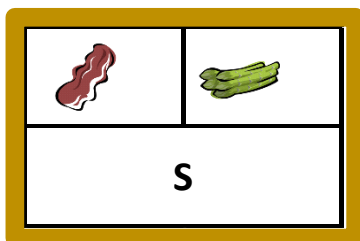
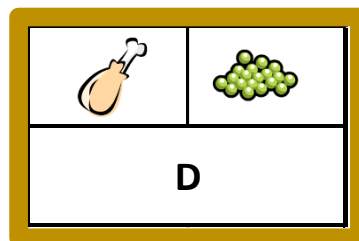
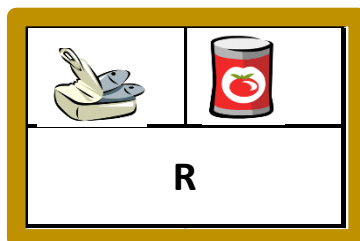
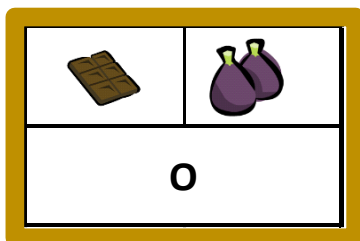
Retalla, ordena i apega les fitxes de dòmino per a descobrir els aliments fets amb cereals que pren Piguí per a desdjejunar. Però pren molta atenció! Algunes fitxes de dòmino et poden desorientar.



Amb força i energia de bon matí

El desdejuni complet

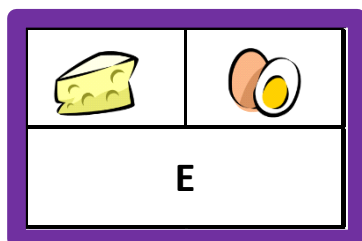
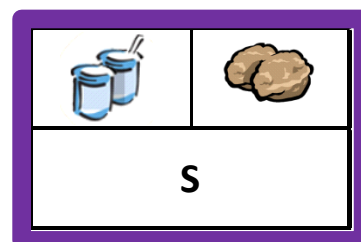
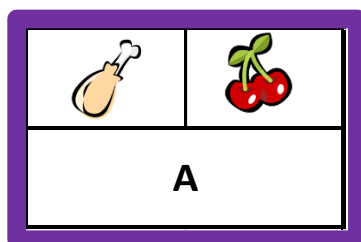
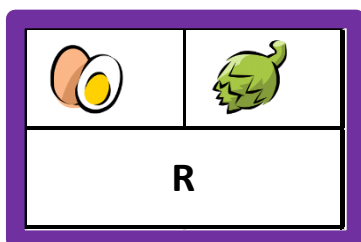
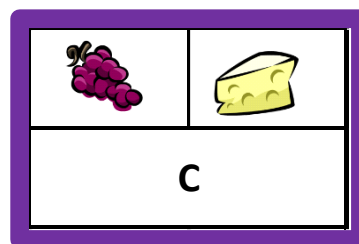
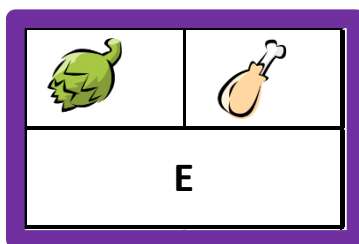
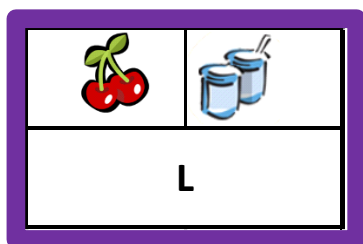
NOM _____



Amb força i energia de bon matí

El desdèjuni complet

NOM _____



Treball en equip:

El desdjejuni complet de la nostra classe

Alçar-se amb temps per a desdjejunar bé

1

Anima els alumnes que t'expliquen amb dibuixos com és un desdjejuni complet. Exposeu a l'aula tots els treballs en el mural "El desdjejuni complet".

2

Alçar-se amb temps de matí és important per a poder desdjejunar bé. Però també ens dóna temps a fer moltes més coses.

Anima els alumnes que t'expliquen què es pot fer de matí, a més de desdjejunar bé, si s'alcen amb temps: arreglar-se, passejar la mascota, arreplegar l'habitació, fer un puzle...