



MATÈRIES: CIÈNCIES DE LA NATURALES, DESTRESSES LINGÜÍSTIQUES, EDUCACIÓ ARTÍSTICA

EDAT: 1r (6-7 ANYS)

Un bon desdejuni ens dóna força i energia de bon matí

Triar els aliments adequats per a un desdejuni complet a casa, no tindre peresa per a incloure-hi també fruita fresca i que siga variat durant la setmana són les claus que els alumnes descobriren en esta activitat mentre resolen endevinalles i passatemps.

I en equips, reflexionen sobre els avantatges d'alçar-se prompte. A més de tindre temps per a prendre un bon desdejuni. Què més fem de bon matí per a començar amb energia?

Treball individual

Un bon desdejuní ens dóna força i alegria de bon matí

Quins aliments componen un desdejuní complet?

Fitxa de treball individual per a descobrir:

Comprensió lectora, endevinalles i passatemps per a treballar la importància de prendre un desdejuní complet a casa: fruita, lacti i cereal.

Passatemps per a treballar el concepte de varietat en el desdejuní: varietat de fruites, lactis i cereals que componen el desdejuní a casa durant la setmana.

La imatge del desdejuní de Pigui correspon al cartell anunciador del Concurs de Contes Dia Mundial del Consumidor 2011, a través del qual els alumnes dels centres escolars participants van reflexionar a l'aula sobre la importància del desdejuní amb contes escrits i il·lustrats per ells mateixos. Pots accedir als contes guanyadors d'aquella edició a [Llibre de Contes Edició 2011](#)

Pots ampliar informació sobre este tema en l'article [Un bon desdejuní](#)

Treball en equip:

El desdejuní complet de la nostra classe

Alçar-se amb temps per a desdejunar bé

Pots animar els alumnes perquè t'expliquen amb dibuixos com és un desdejuní complet.

Després podeu preparar el mural "El desdejuní complet", amb tots els dibuixos.

Un altre element clau per a prendre un desdejuní complet de matí és tindre prou de temps per a fer-ho. Reflexiona amb els alumnes sobre la importància i els beneficis o avantatges d'alçar-se amb temps.

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

Després podeu preparar el mural "Quan ens alcem prompte tenim temps per a...", amb totes les idees que han sorgit a classe.

Solucionari activitats individuals:

1 →

Enigma 1: Llet

Enigma 2: Taronja





Enigma 3: Pa

2 →

Passatemps 1

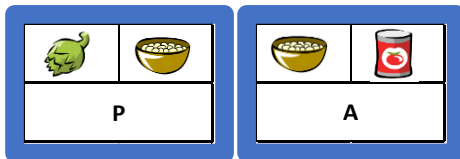
DNXPERAPWYE
 XQPMTNCOGDP
 CLIZVTENIGL
 BTARONJAOUA
 POMAWKMCHLT
 JIHHKRAIMQA
 UKMADUTXAKN
 KIWIIMXJYXZH

Passatemps 2

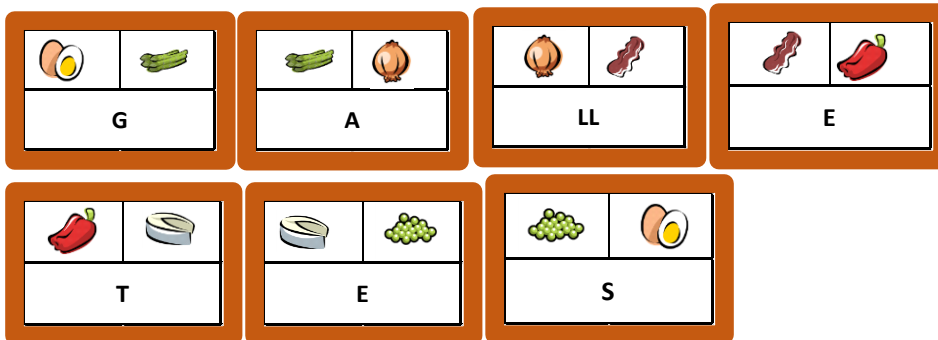
								
						I		
						O		
						G		
			B	R	U	L	L	
					R		L	
	F	O	R	M	A	T	G	E
								T

Passatemps 3

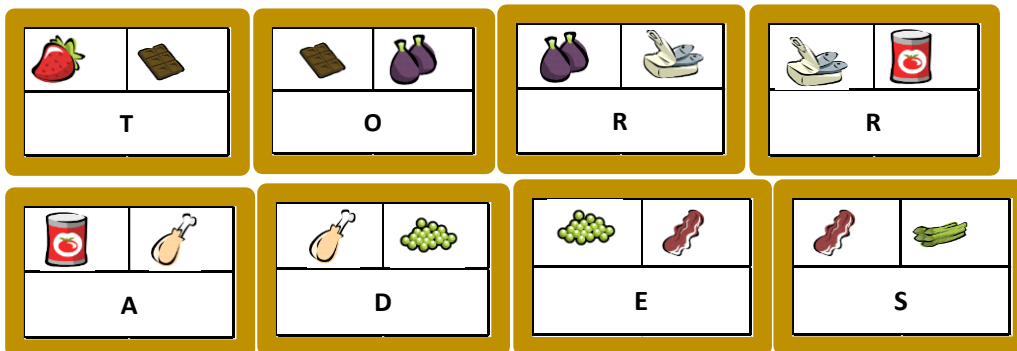
PA



GALLETES



TOSTADES



CEREALS

