

## Hàbits de vida saludable: l'activitat física

### Conte motor: Els superpoders

Nom \_\_\_\_\_



#### **Treball individual**

Relaciona amb fletxes

Completa el dibuix i escriu

Avaluació

**Atenció, docent:** per a fer esta fitxa de treball cal que l'alumnat haja participat en el [conte motor "Els superpoders"](#), que et pots descarregar en les Orientacions Docents per a esta activitat.

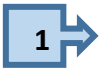
ET RECORDES DEL CONTE DELS SUPERPODERS? DONCS, ENCARA QUE NO HO CREGUES, A MÉS DE JUGAR I PASSAR-HO BÉ, ELS TEUS MÚSCULS I OSSOS HAN TREBALLAT UN MUNTÓ. ARA QUE JA SAPS QUE PRACTICAR ESTES POSTURES TAN DIVERTIDES T'AJUDA A CRÉIXER SA I FORT, IGUAL COM CÓRRER, SALTAR O PUJAR ESCALES...

ARA CONTINUA PASSANT-HO BÉ PINTAT, MENTRE DESCOBRIXES QUINES PARTS DEL TEU COS HAN TREBALLAT. ÀNIM!

# Hàbits de vida saludable: l'activitat física

## Conte motor: Els superpoders

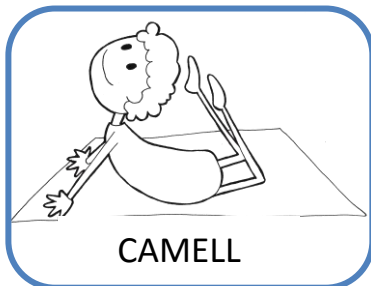
Nom \_\_\_\_\_



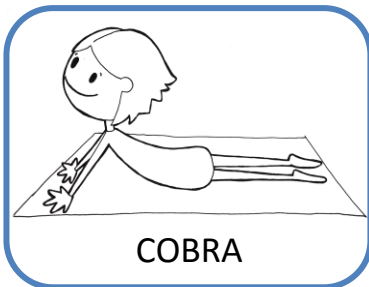
### LLIG ATENTAMENT I UNIX AMB FLETXES



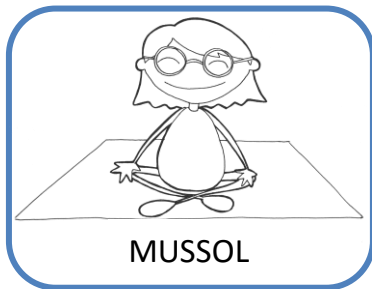
DE CAP PER AVALL  
MANS A TERRA  
PEUS INTENTANT TOCAR EL CAP



ASSEGUTS SOBRE ELS PEUS  
ESQUENA RECTA  
MANS CAP AMUNT



ASSEGUT AMB LES CAMES  
ENCREUADES  
MANS ALS GENOLLS  
MIRA A UN COSTAT I A L'ALTRE



DE CAP PER AVALL  
MANS A TERRA  
CAP ALÇAT

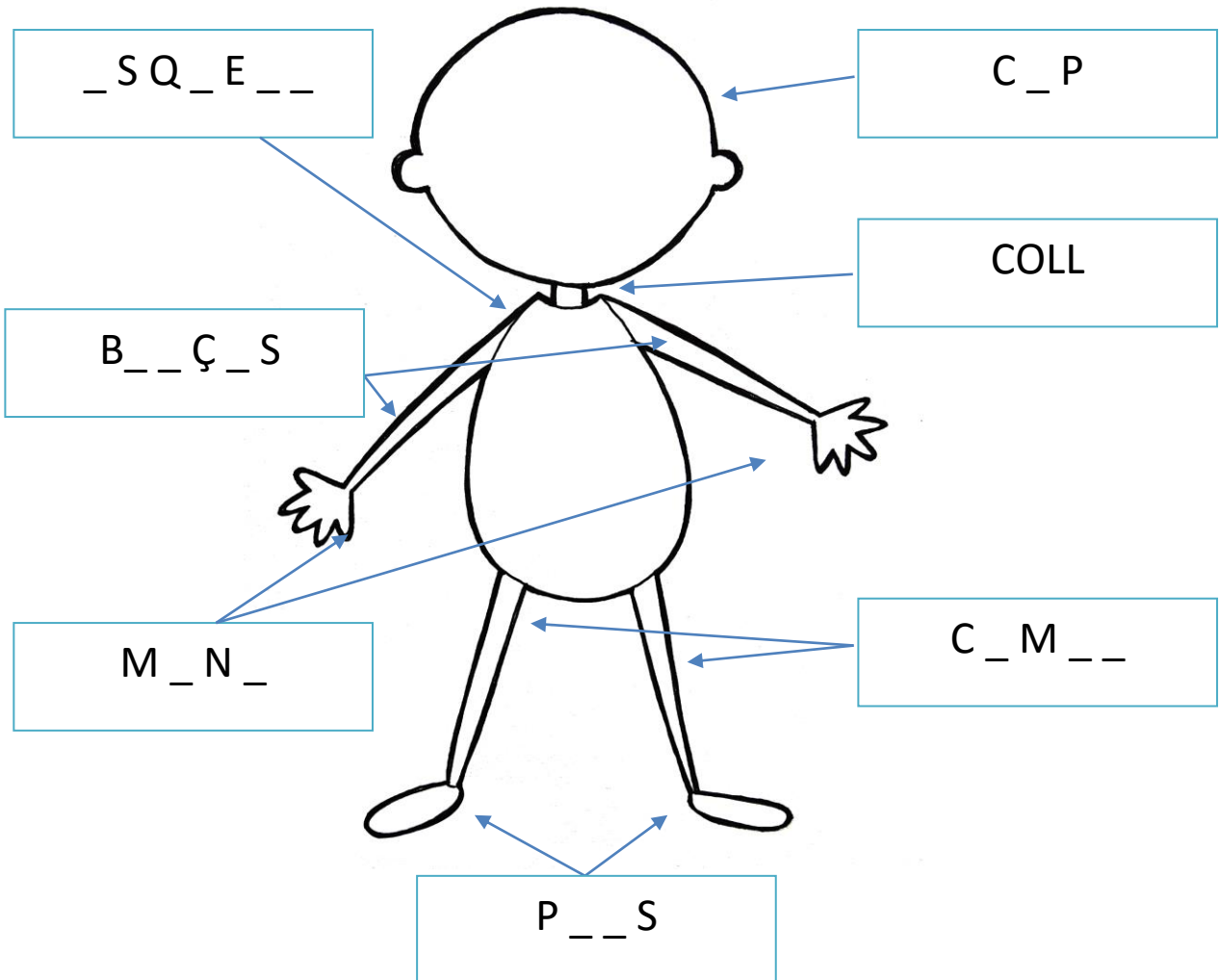
# Hàbits de vida saludable: l'activitat física

## Conte motor: Els superpoders

Nom \_\_\_\_\_

2

COMPLETA EL DIBUIX I ESCRIU LES PARTS DEL COS QUE ES TREBALLEN EN EL CONTE.



3

### AVALUACIÓ

T'HA AGRADAT L'ACTIVITAT?

MOLTÍSSIM

BASTANT

POC

COM HA SIGUT LA TEUA ACTITUD DURANT L'ACTIVITAT?

GENIAL

BONA

REGULAR