



MATÈRIES: DESTRESES LINGÜÍSTIQUES, RACÓ DE PINTURA, RACÓ DE CONTES

EDAT: P3 (3 - 4)

OBJECTIUS DE LES FITXES DE TREBALL

El desdejuni saludable: lacti, fruita i cereal.

El desdejuni a casa és una de les menjades importants del dia. Ens proporciona recursos energètics per a afrontar les primeres hores del dia, després de moltes hores de dejuni des de la nit anterior.

Lacti, fruita i cereal és una de les combinacions més adequades que ens aporta energia i altres nutrients de bon matí. Ajudant Enriqueta, el personatge del conte "Enriqueta la Galleta",* descobriran què és un desdejuni complet i la diversitat d'aliments que el componen.

Per acabar, mitjançant un mural amb totes les obres d'art que els alumnes han creat amb diferents materials de pintura, expliquen la diversitat d'aliments que prenen a casa per a desdejunar.

*Personatge principal del conte guanyador del primer premi del Concurs de Contes Dia Mundial del Consumidor, edició 2011

Treball individual

Enriqueta i el desdejuní a casa.

Com és un desdejuní saludable? Ajuda la galleta Enriqueta a trobar els seus amics i amigues del desdejuní.

Fitxa de treball individual per a descobrir:

Emparellar aliments per a treballar la importància d'incloure fruita en el desdejuní a casa, perquè este siga complet.

Pintar aliments per a completar amb la peça que falta. Treballen la importància del desdejuní variat. Prendre aliments diferents tots els dies és més divertit.

Si vols conèixer el conte original i més contes per a promoure el desdejuní saludable, els trobaràs en el [Llibre de Contes Edició 2011](#).

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

TREBALL EN EQUIP:

Quins són els amics del desdejuní dels teus alumnes? Racó de Pintura

Anima els teus alumnes perquè t'expliquen què prenen a casa per a desdejunar.

En un Racó de Pintura, anima'ls a utilitzar diversos colors i materials per a pintar-los en un llenç com si foren artistes: pintures al tremp, aquarel·les, sponges, llapis, ceres...

La diversitat de materials i de colors enriqueix les obres d'art. Igual que la diversitat de sabors, textures i colors fan més gustosos i atractius els desdejunis.

Després, prepara el mural "Desdejunis saludables" amb totes les obres d'art que han creat.