

Descobreix totes
les activitats
d'aquesta entrega!

Tria bo,
tria sa

Ja està
aquí l'estiu!

LA FESTA DEL SOL

Un moment ideal per fer **jocs amb aigua** i potenciar el consum de **fruites de temporada**.

Inspira't amb les activitats temàtiques que et proposem.
Per fer en família o a l'aula!

Preparareu tot el necessari per gaudir d'una festa divertida i saludable amb les seccions del butlletí:

APERITIVUS FESTIUS!

Fruita de
temporada

01



FEM TREBALLS MANUALS!

Paisatge
d'estiu

02



UNIM-NOS!

Passar-se
l'aigua

03



01

APERITIUS FESTIUS!

Un dia, una idea

SÍNDRIA



PRÉSSEC



MELÓ



POMA



GERD



PERA



PLÀTAN

Per refrescar-nos i hidratar-nos a l'estiu...
les fruites són unes aliades fantàstiques!

Amb aquestes senzilles activitats podem
assaborir l'estiu amb els més petits.

Quantes maneres de menjar-les coneixes?

- DILLUNS -

Figures amb motlles

Utilitza la síndria com a plastilina
i sorprèn els més petits amb un
berenar saludable i divertit.
Involucra'ls en la seva preparació!



- DIMARTS -

Batut mix

Bat fruites de temporada per separat
i col·loca el suc en diferents gerres.
Reparteix gots al teu alumnat i convida'ls a servir-se i barrejar els sabors.



- DIMECRES -

Fruites del bosc

Afegeix fruites a l'aigua! Gerd, nabius, maduixes... aprofita per explicar el seu origen i procurar una bona hidratació del teu alumnat amb aquest truc.



- DIJOUS -

Fruita al mar

Prepara unes divertides barques
per esmorzar. Necessitaràs una
mica de meló, pinya, plàtan
o síndria... I a navegar!



- DIVENDRES -

Pizza de fruites

Utilitza la síndria com a base i prepara unes riques pizzas amb ingredients com ara el iogurt i altres fruites de temporada: préssec, gerds, plàtan...





Heu tastat les algues comestibles? Us convidem a crear un paisatge estiuenc d'allò més divertit i, alhora, a descobrir nous sabors.

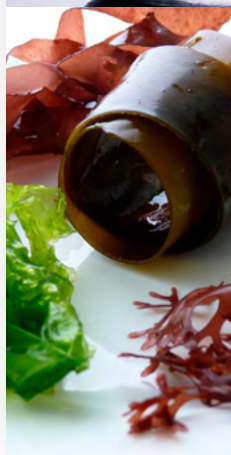
Les algues són un aliment molt nutritiu, sostenible i desconegut per a moltes persones.

Sabieu que el peix també té temporades?

- Materials -



Bol amb aigua



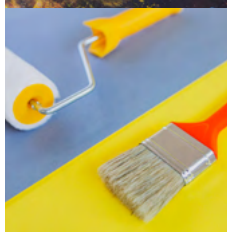
Algues comestibles
 Wakame, nori, espirulina



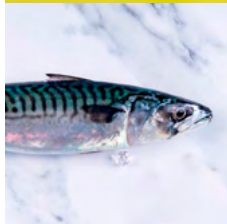
Cartolina o paper blanc gran



Pintures al tremp de colors



Corrons, brotxes de diferents mides, branques, cordes i objectes que serveixin per pintar ones



Fotografies de peixos

1

Col·loca els pots de pintura al voltant del paper o cartolina que servirà de base.

Utilitza diferents tonalitats de verds, marrons, blaus i vermells, principalment.



3

Anima'ls a fer ones de colors des de la base del mural cap amunt.

Aquestes seran les algues.

L'interessant és que experimentin amb diferents materials per fer ones i que sigui un exercici divertit.

4

Explica que el peix és part d'una alimentació variada i saludable.

Ensenya algunes fotografies de peixos diversos de temporada d'estiu:



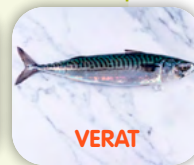
LLUÇ



SARDINA



GALL SANT PERE



VERAT

Podeu enganxar les fotografies en el mural i afegir qualsevol altre animaló del mar.

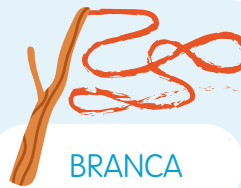
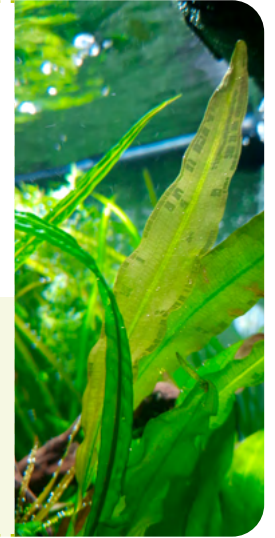
2

Explica com es mouen les algues dins l'aigua amb un exemple experimental.

Introdueix algues comestibles en un recipient transparent i anima el teu alumnat a tastar-les.

Hi ha algunes algues comestibles que tenen molts beneficis, però reforça la idea que només els adults poden saber quines es poden menjar, com també passa en el cas dels bolets.

No es pot menjar qualsevol alga!



BRANCA



CORRÓ



BROTXA

JA TENIM GUANYADORS DEL CONCURS

M'agrada menjar saludable!



PRIMER CICLE INFANTIL
Escola Pia de Balaguer



SEGON CICLE INFANTIL
Escola La Mercè

FELICITATS!

Aquest joc us permetrà entrenar la coordinació i la motricitat dels nens i de les nenes, a més de potenciar la seva autonomia i imaginació.

Utilitza'l per ensenyar que l'aigua és un bé escàs que han d'evitar malgastar.

Es recomana realitzar el joc a l'exterior o assecar el terra bé en finalitzar l'activitat per evitar caigudes.



- Materials -



Gots de cartró



Aigua



Mesurador



1

Situa el teu alumnat en una filera i reparteix un got a cada persona.

2

Omple el primer got d'aigua i dona'ls la instrucció de buidar el contingut en el got del següent alumne o alumna.

L'aigua anirà passant d'un alumne a un altre fins a arribar al final de la fila, on comprovarem la quantitat d'aigua que ha quedat.



3

La següent ronda!

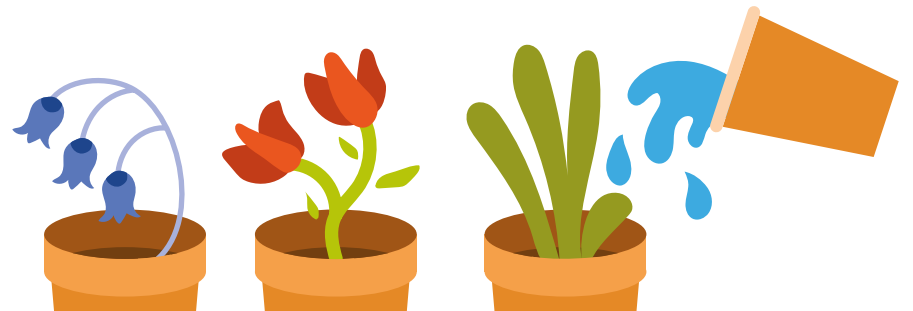
El primer alumne passa al final de la fila, de manera que comenci un altre. Complica una mica més el traspàs! Per exemple, fent que es passin l'aigua estant estirats a terra.



4

Quan tinguin diversos exemples, anima'ls perquè sigui el teu alumnat qui proposi la manera de passar l'aigua.

No passa res si es mullen amb unes gotes!



Al final del joc, aprofita l'aigua salvada entre tots per regar les plantes de l'escola o per a qualsevol altra activitat.

És un bon moment per inculcar a l'alumnat valors mediambientals com ara apreciar aquest bé, tan necessari per hidratar-nos i refrescar-nos a l'estiu.





Tria bo,
tria SA