

Reptes

LA NUTRICIÓ



Resol els reptes següents i marca les caselles a mesura que els vagis resolent. Les trameses de les tasques s'han de fer al Classroom a l'apartat Reptes.

- 1 **Elabora un menú saludable d'un dia sencer amb tots els àpats i fes un vídeo mentre el fas a casa.** ☐
- 2 **Investiga a Internet per resoldre aquest cert o fals.** ☐
- 3 **Mira aquest vídeo i fes una maqueta de l'aparell digestiu amb el material que vulguis. Fes-li una foto i penja-la al Classroom....** ☐

- 4 **Inventa una coreografia amb aquesta cançó, fes un vídeo ballant-la i penja'l a Classroom.** ☐

- 5 **Escriu una recepta de postre salubre amb els seus ingredients pas a pas.** ☐

Explica què has après resolent els reptes:



Reptes

LA NUTRICIÓ



Cert o Fals? Corregeix les afirmacions falses.

C / F S'ha d'evitar menjar pa i pasta en els dinars i sopars.
.....

C / F L'edulcorant és un bon substitut del sucre.
.....

C / F No hem de menjar plàtan perquè té moltes calories.
.....

C / F Els aliments integrals són millors perquè no engreixen.
.....

C / F És millor no menjar fruita després dels àpats.
.....

.....

.....

.....

.....

.....