REPÀS C. MEDI PROJECTE 1

1. Per a què serveix cada tipus d'aliment?

Proteïnes Hidrats de carboni Vitamines

2. Classifica els aliments segons el que ens aporten.

Taronja	Pollastre	Carabassí	Lluç
Creïlles	Arròs	Blat	Llet
Maduixa	Ous	Safanòria	Pasta
Vedella	Pa	Cireres	Carxofa

PROTEÏNES	HIDRATS DE CARBONI	VITAMINES I MINERALS

3. Tria el plat que siga més saludable i equilibrat.

LIVEWORKSHEETS

4. Tria la malaltia que pateix cada pacient segons els seus símptomes.

- Diarrea, vòmits, mal de panxa:
- Mal al menjar els aliments, mal de queixal:
- Poc moviment i dolor als músculs del coll:
- Dificultat per a domir. Cansanci:
- Visió borrosa al veure objectes que estan lluny. Mal de cap:
- Dolor molt intens a l'húmer. No pot moure el braç:
- Dolor moderat al turmell. Poca movilitat:
- Infecció a l'ull:

5. Marca el que no pertanyen a eixe grup.

Ossos	Músculs	Articulacions	Òrgans
Húmer	Abdominals	Crani	Cor
Turmell	Gluti	Genoll	Pulmons
Estern	Bessons	Colze	Columna vertebral
Costelles	Cúbit	Monyica	Estòmac

6. Pensa si són vertaderes o falses aquestes afirmacions sobre els hàbits saludables.

- Hem de llavar els aliments abans de menjar-los. V F
- Hem de fer exercici poques vegades a la setmana. V F
- Quan agafem alguna cosa de pes no hem de flexionar els genolls V F
- Un xiquet de tercer ha de dormir unes 10 hores. V F
- Durant el dia no es bo beure molta aigua. V F
- No dedicar molt de temps lliure a veure pantalles. V F

LIVEWORKSHEETS