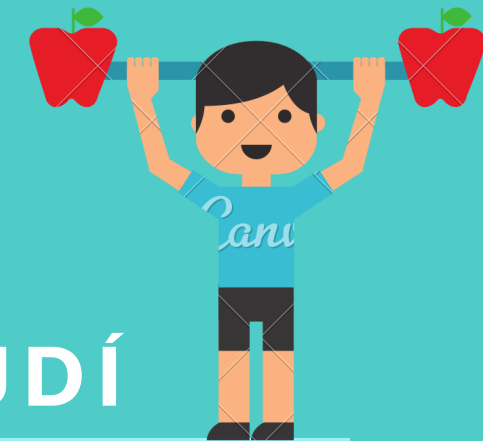




• CUIDEM-NOS •



CICLE SUPERIOR - ESCOLA ANTONI GAUDÍ

ACTIVITATS

SETMANA DEL 27/04/20

AQUESTA SETMANA TREBALLAREM ASPECTES RELACIONATS AMB HIGIENE I DESCANS. US PROPOSEM REALITZAR LES SEGÜENTS ACTIVITATS:



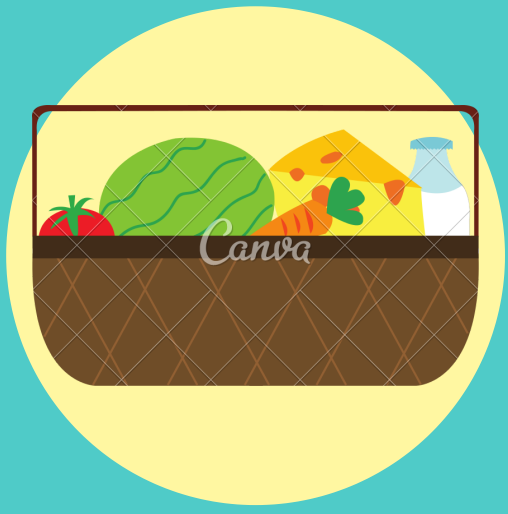
ACTIVITAT 1

Visualitza el vídeo que trobaràs a la següent pàgina:

<https://es.liveworksheets.com/ui198855sg>

Elabora un decàleg d'hàbits saludables i reflexiona sobre allò que consideris que estàs fent bé i aquells hàbits que hauries de millorar per tal de portar una vida saludable.





ACTIVITAT 2

A partir de estos vídeos:

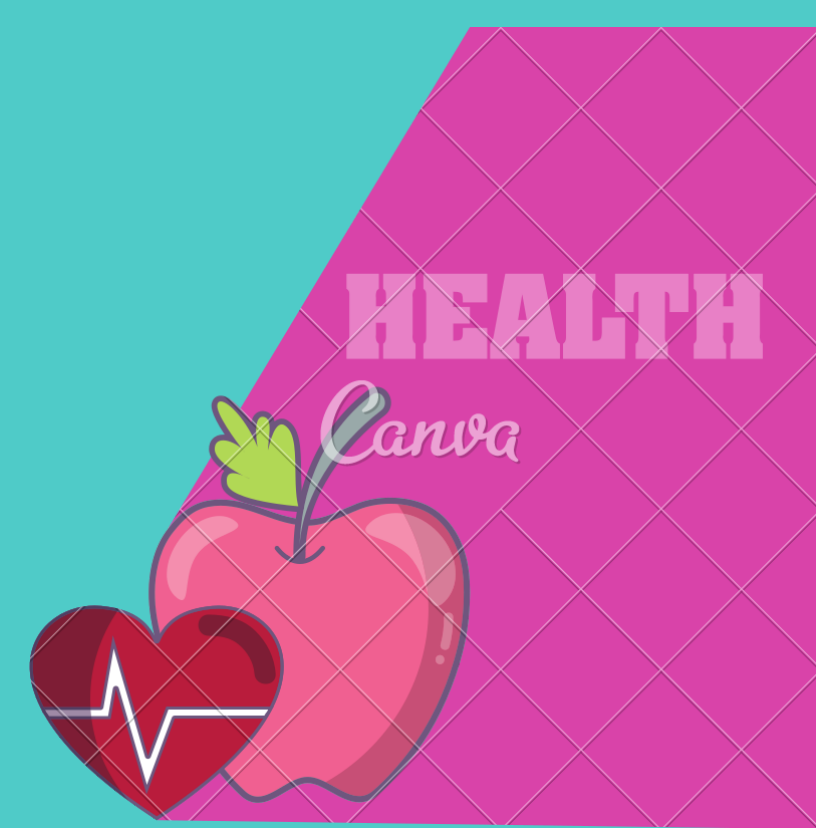
https://youtu.be/dxH__2x0p-I

<https://www.youtube.com/watch?v=Ggh3biRxraY>

<https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw>

Elaborar una dieta diaria saludable, teniendo en cuenta los diferentes la pirámide de alimentos y en los diferentes momentos del día.

Redacta también 3 o 4 consejos alimentarios más importantes para ti.





ACTIVITAT 3



Completa les activitats plantejades al següent enllaç.

<https://es.liveworksheets.com/vv139814hb>

Primer de tot, llegeix la compensació lectora proposada sobre la higiene. A continuació, omple els exercicis plantejats.

A sota de tot de la pàgina - clicar a enviar les teves respostes - Poseu el vostre nom complet i curs + enviar al meu correu, perquè pugui veure aquests resultats a angles.gaudi.cornella@gmail.com



ACTIVITAT 4



En dies de confinament, la Núria sopa a les 21 h, mira la tele de 21:30 a 23:30 es renta les dents, va a dormir a les 23:35, es lleva a les 07:45, es dutxa a les 08:00 i esmorza a les 08:27 per començar a parlar amb els alumnes a les 09:00 com si arribés a l'escola un dia normal.

- Quantes hores dorm la Núria en dies de confinament?
- Quanta estona creus que dedica a l'esmorzar?
- Quantes hores mira la tele abans d'anar a dormir?



	ACTIVITATS DE LA NURIA
12-1h a.m.	Dormir
1-2h a.m.	Dormir
2-3h a.m.	Dormir
3-4h a.m.	Dormir
4-5h a.m.	Dormir
5-6h a.m.	Dormir
6-7h a.m.	Dormir
7-8h a.m.	Dormir/aixecar-se
8-9h a.m.	Dutxar-se i esmorzar
9-10h a.m.	Parlar amb alumnes
10-11h a.m.	Parlar amb alumnes
11-12h a.m.	Reunió de treball
12-1h p.m.	Reunió de treball
1-2h p.m.	Treball personal
2-3h p.m.	Dinar
3-4h p.m.	Corregir i preparar tasques
4-5h p.m.	Corregir i preparar tasques
5-6h p.m.	Brenar i descans
6-7h p.m.	Corregir i preparar tasques
7-8h p.m.	Corregir i preparar tasques
8-9h p.m.	Descans
9-10h p.m.	Sopar i mirar la tele
10-11h p.m.	Mirar la tele
11-12h p.m.	Tele i rentat de dents Dormir

*a.m. Abans del migdia



ACTIVITAT 5

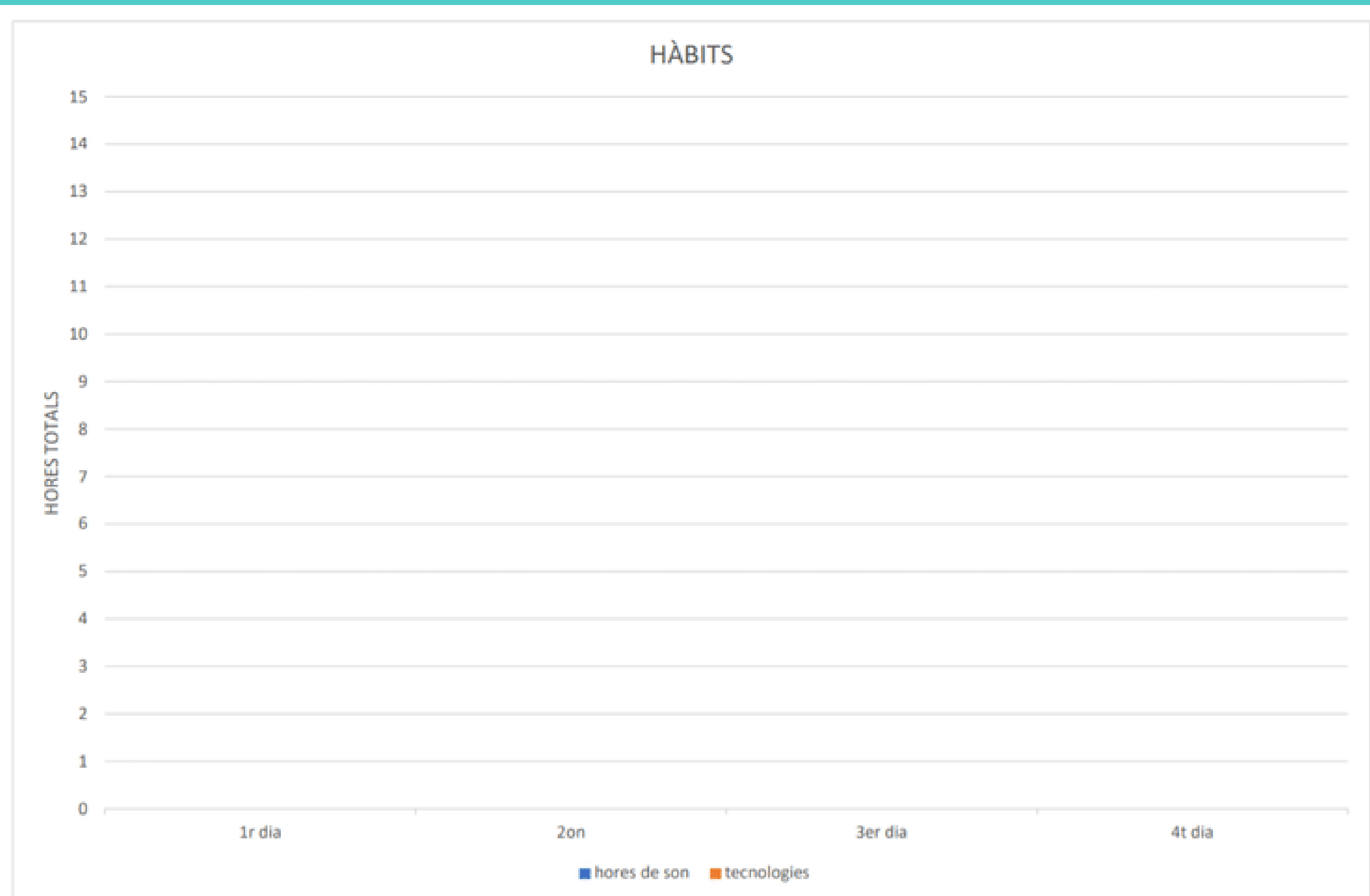
Durant quatre dies, apunta a quines hores sopes, vas a dormir, et lleves i quantes hores d'oci dediques a les tecnologies.

Elabora una taula amb les teves dades i fes una gràfica amb les teves hores de son.

- Creus que estàs portant uns hàbits saludables comparats amb els de la Núria?



	TASQUES 1er dia	TASQUES 2on dia	TASQUES 3er dia	TASQUES 4t dia
12-1h a.m.				
1-2h a.m.				
2-3h a.m.				
3-4h a.m.				
4-5h a.m.				
5-6h a.m.				
6-7h a.m.				
7-8h a.m.				
8-9h a.m.				
9-10h a.m.				
10-11h a.m.				
11-12h a.m.				
12-1h p.m.				
1-2h p.m.				
2-3h p.m.				
3-4h p.m.				
4-5h p.m.				
5-6h p.m.				
6-7h p.m.				
7-8h p.m.				
8-9h p.m.				
9-10h p.m.				
10-11h p.m.				
11-12h p.m.				



Gràfica amb les hores de son de cada dia. Fes un gràfic de barres. Dibuixa de color blau les hores totals de son i de color taronja les hores totals amb tecnologies cada dia.



ACTIVITAT 6



Vinga, ara que ja teniu les mans netes ja podeu fer aquesta activitat relacionada amb els hàbits saludables.

Us proposo contestar a un formulari. Com es fa? Cliqueu a l'enllaç que us adjunto a sota i seguiu les indicacions que us donen.

Poseu el vostre nom i nivell.

A partir de la lectura d'una imatge sobre el Decàleg dels hàbits saludables. Haureu de contestar a 10 preguntes. Cada pregunta mostra quatre respostes i vosaltres haureu de triar quina és la única resposta correcta.





Al final del tot, teniu un vídeo amb una sessió d'exercicis pràctics (durada de 15 minuts).

Quan acabeu de respondre a totes les preguntes i realitzat els exercicis pràctics, no oblideu de clicar on posa ENVIAR.

Ja no cal que féu res més, d'aquesta manera jo rebré per correu les vostres respostes.

Vinga ànims, ja teniu un repte més a fer.

Per qualsevol dubte que tingueu:

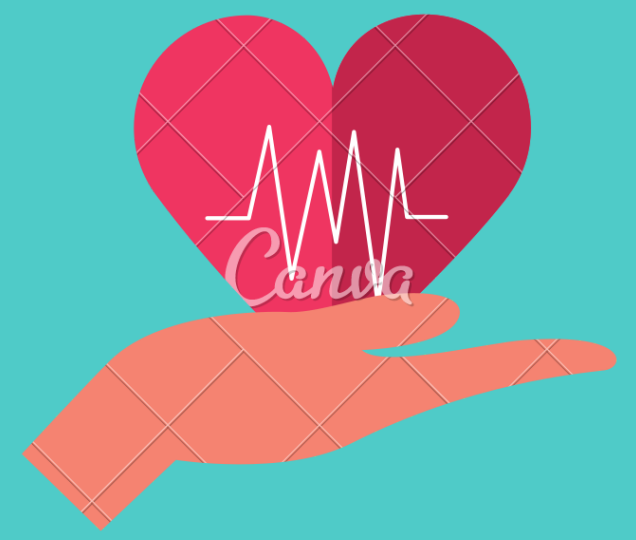
@eva_ef

Enllaç del formulari:

<https://forms.gle/3Zb33ZD2YxEJDCWG9>



ACTIVITAT 7



Vídeo divulgatiu - Cançó "rentem tots les mans"

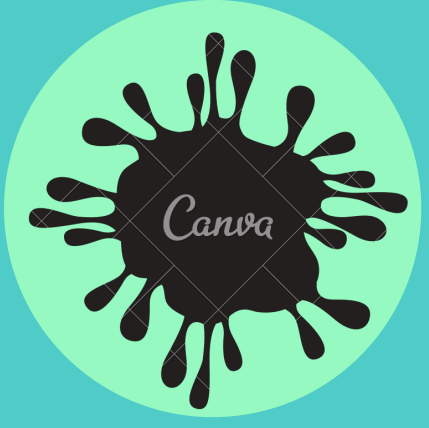
Visualitza el següent vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=BMQyX3Vuuks>

T'atreveixes a picar els gots o a cantar un tros de la cançó?

Pots fer un vídeo o nota de veu @julia_gaudi





ACTIVITAT 8

A partir del video "rentem tots les mans" fes una recerca d'informació per a contestar les següents preguntes. Realitza un mural amb la informació que has obtingut:

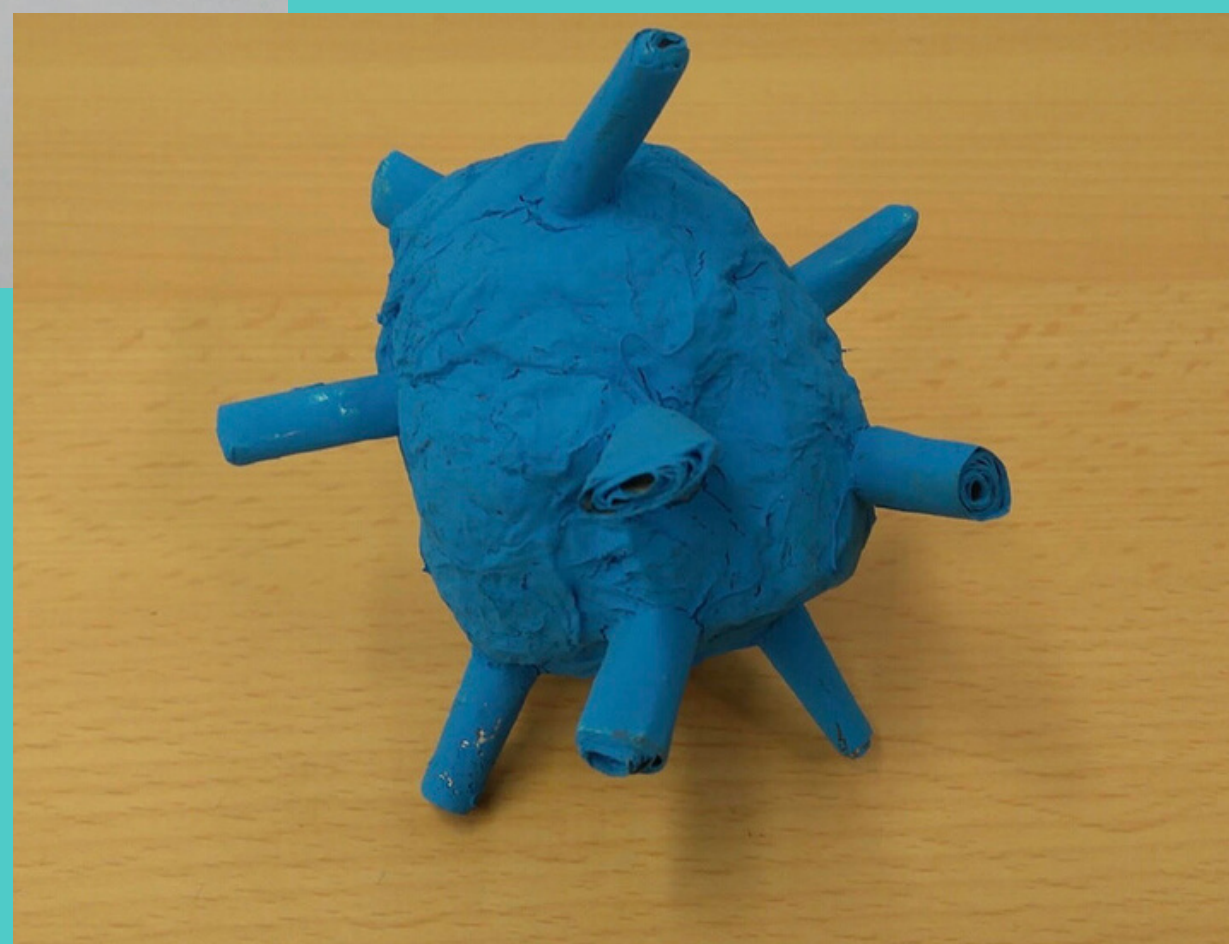
- Quina és la diferència entre virus i bacteri?
- Quines formes de contagi hi ha?
- Com es pot prevenir un contagi?



ACTIVITAT 9

Elabora amb material reciclat com seria un virus/bacteria.

Aquí teniu alguns exemples:



**ESPEREM QUE GAUDIU REALITZANT
TOTES LES TASQUES.
ÀNIMS I UNA ABRAÇADA!**

