



**PROPOSTA D'ACTIVITATS DE 4T
(SETMANA DEL 27 AL 30 D'ABRIL)**

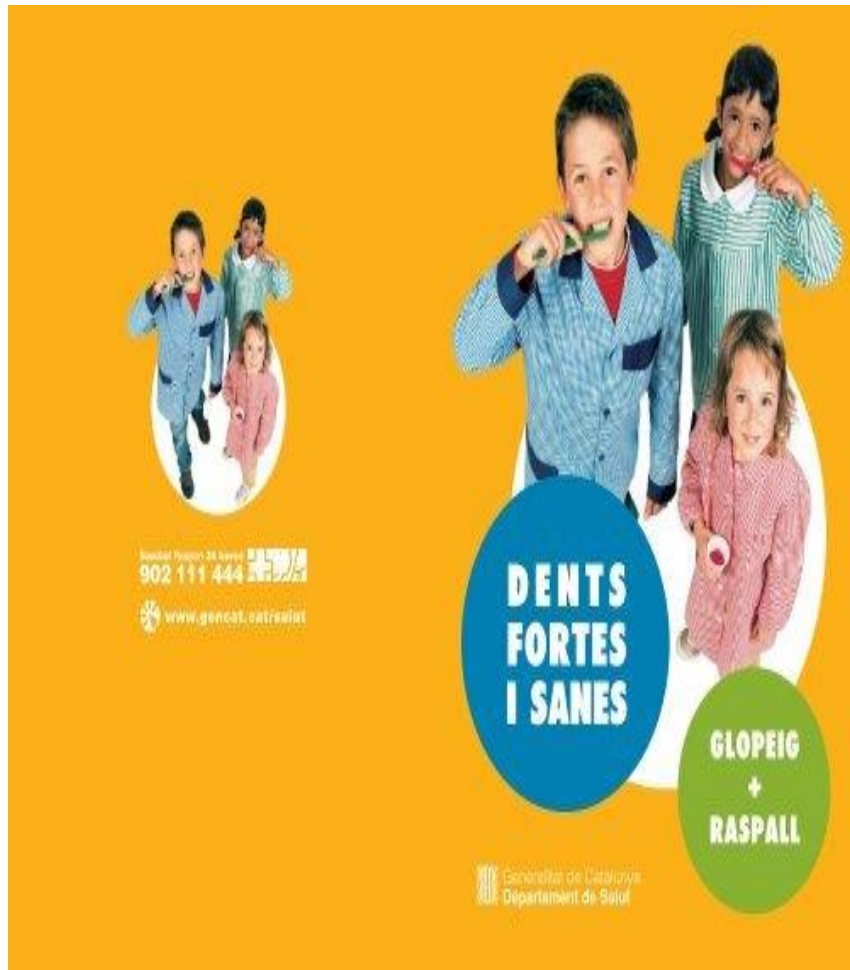
CUIDEM LA NOSTRA ALIMENTACIÓ



- Què li diries a un nen que, quan dina o sopa, sempre beu refrescos?
- Què és millor: anar a l'escola a peu, en bicicleta o en cotxe? Per què?
- Completa aquest menú perquè compleixi les condicions de la piràmide de l'alimentació:

ESMORÇAR	SUC DE TARONJA/.....
MIG MATÍ	PLÀTAN I UNA GALETA
DINAR/...../ PERA
BERENAR/UN GOT DE LLET
SOPAR/TRUITA DE PATATES / IOGURT

TINGUEM CURA DE LES NOSTRES DENT



Portada de la guia per a escoles «Dents fortes i sanes» de la Generalitat de Catalunya

Les dents són les encarregades de mastegar els aliments i les hem de mantenir sanes i fortes. Les campanyes dentals tenen com a objectiu donar consells a la població sobre com tenir cura de les dents:

- Cal mastegar bé els aliments per facilitar-ne la digestió.
- Cal raspallar-se les dents i la llengua cada matí, després dels àpats i sobretot abans d'anar a dormir per evitar les càries.
- Cal portar una alimentació sana i equilibrada.
- Cal visitar el dentista com a mínim un cop l'any.

RECORDA:

HEM DE MATEGAR BÉ EL MENJAR I RENTAR-NOS LES DENTS DIÀRIAMENT.

CONTINUA LLEGINT





- Qui ha fet la campanya? Per què?
- A qui s'adreça?
- Què hem de fer per tenir les dents sanes.
- Marca amb una «X» els consells que donaries per tenir cura de les dents. Corregeix els que no siguin correctes.
 - Cal menjar de pressa i no mastegar bé els aliments.
 - Cal raspallar-se les dents i la llengua després dels àpats.
 - No cal portar una alimentació sana i equilibrada.
 - Cal visitar el dentista com a mínim un cop l'any.....

ENDEVINA ENDEVINALLA

Els i elles barrejats estan a dintre tancats; el qui arriba a entrar el fan anar d'aquí enllà i a mossegades l'acaben de destrossar.

SOLUCIÓ: _____

EL SUPERMERCAT

ESCRIU LA CONVERSA QUE
TENEN ENTRE LA VENEDORA I
EL COMPRADOR DE LA XARCUTERIA.

RECORDA:

EN UN DIÀLEG LES CONVERSES DE LES PERSONES
QUE PARLEN ES SEPAREN PER GUIONETS.

EXEMPLE:

- Bon dia!
- Hola bon dia!
- Què necessita?



Avui per dinar prepararé macarrons amb carn picada.

Recepta

Macarrons bolonyesa

Ingredients per a 2 persones:

- 6 grapats de macarrons (200 g)
- 4 cullerades soperes de salsa de tomàquet fregit (80 g)
- 100 g de carn picada (mida aproximada a la d'una hamburguesa)
- 2 cullerades soperes d'oli d'oliva (20 g)
- Sal

Elaboració

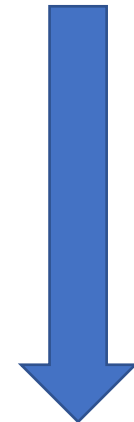
1. Bulliu els macarrons en una olla amb aigua abundant uns 12 minuts. Afegiu una mica de sal i un rajolí d'oli. Quan estiguin cuits escorreu-los i poseu-los en un bol.
2. Mentre la pasta bull, ja podeu preparar la salsa.
3. Poseu una paella al foc amb un raig d'oli i afegiu-hi la carn picada.
4. Deixeu coure fins que estigui feta i remeneu de tant en tant perquè no es cremi.
5. Un cop feta afegiu-hi la salsa de tomàquet i barregeu-la bé.
6. Presenteu els macarrons al plat i pel damunt poseu-hi la salsa, un polsim d'orenga i el formatge ratllat.

Estris



FES UN LLISTAT AMB ELS
INGREDIENTS QUE
NECESSITEM PER ANAR A
FER LA COMPRA.

Continua l'activitat a la pàgina següent



ANEM A COMPRAR PER FER ELS MACARRONS

1,50	3,40	5,60
3x2	4,85	
5,80	5,80	

Del 15 al 28 de enero de 2015

Aceite de oliva
Dia 11

la 2ª unidad
1,73€
llevando 2: / 2,31 €/l

-40% dto.
la 2ª unidad
llevando 1 ud.
2,89 €

Combinalos como quieras

www.dia.es

Total gama COLON gel (excepto COLON Nenuco)

la 2ª unidad
2,39€
llevando 2: / 0,14 €/lv

-50% dto.
la 2ª unidad
llevando 1 ud.
4,79 € - 0,19 €/lv

Combinalos como quieras

Tomate frito
Dia 11
frasco 550 g

la 2ª unidad
0,31€
llevando 2: / 0,85 €/kg

-50% dto.
la 2ª unidad

Del 15 al 28 de enero de 2015

¡SUPER PRECIO!

AHORA
1,49€
0,30 €/kg

Patatas bolsa 5 kg

Jamón Serrano lonchas **Dia** 11

la 2ª unidad
1,07€
llevando 2: / 8,05 €/kg

-50% dto.
la 2ª unidad

Queso gouda barra **BONNESSIMO** 1 kg

3'19

Yogur sabores **DANONE** Pack 6 x 120 gr

1'69

Selecciona un sabor: **Disfruta** JUVER Drink TL

0'58

Oferta 3x1€

Pasta cilicorne **SPAR** 250 gr

0'34

- **Quants diners ens hem gastat comprant per fer els macarrons?**

RECORDEU QUE NECESSITEM: OLI, UN POT DE TOMÀQUET FREGIT, UN PAQUET DE MACARRONS I CARN PICADA.

PER SUMAR DECIMALS HEM DE COL·LOCAR ELS NÚMEROS COM EN UNA SUMA NORMAL TENINT EN COMPTE QUE LES COMES HAN D'ESTAR UNA SOTA L'ALTRE.

EXEMPLE: 4,80

2,25

+ 0,34

7,39

- **Si he pagat amb un bitllet de 20E quants diners m'han de tornar?**



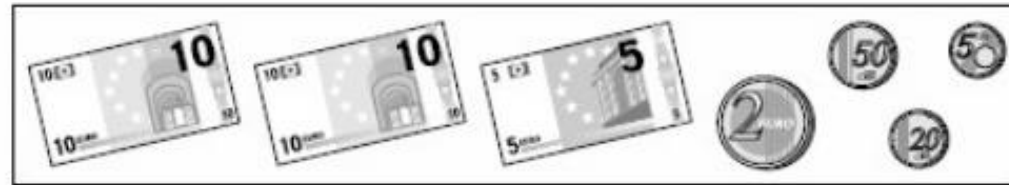
- **Tornant cap a casa m'he trobat amb la meva veïna, m'ha explicat que ha anat al supermercat i s'ha gastat 8E. Ha pagat amb un bitllet de 20E i l'han tornat 7E. L'han donat bé en canvi? Quants diners li falten?**



Euros =

Cèntims =

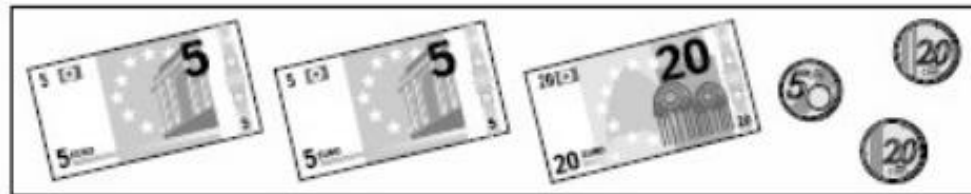
En total hi ha



Euros =

Cèntims =

En total hi ha



Euros =

Cèntims =

En total ho ha

PER ANAR A COMPRAR NECESSITEM DOMINAR LES OPERACIONS

Agafa un dau i llença'l quatre cops. El primer número farà referència a la columna de les sumes, el segon a la de les restes, el tercer a la columna de les multiplicacions i l'últim a les divisions. Copia les quatre operacions en un full o a la teva llibreta i fes-les. Si no tens un dau a casa, no et preocupis, agafa sis trossets de paper i escriu els números del 1 al 6, un número a cada paperet, barreja'ls i sense mirar agafa 4.

Juga a aquest joc les vegades que vulguis en aquesta setmana!

. **EXEMPLE:** Tiro el meu dau, surten els números 2, 4, 6 i 1. Realitzo la suma de la casella 2, la resta del 4, la multiplicació del 6 y la divisió del 1.

Aquestes serien les operacions que hauria de fer:

$$8743+163+4218= \quad 62348-56568= \quad 172058 \times 9= \quad 540 \div 2=$$

	+	-	x	÷
1	2541+2500+863=	48608-5997=	15424x8=	540÷2=
2	8743+163+4218=	75293-8795=	235106x50=	160÷4=
3	6917+738=	12563-10875=	12345x67=	75÷3=
4	5349+7320=	62348-56568=	4639x24=	125÷5=
5	20036+584+63=	33522-20487=	60583x12=	602÷7=
6	7210+6412+106=	21080-3562=	172058x9=	184÷8=

WASH YOUR HANDS!

👂👁️ Watch and listen

This week, you can go for a small walk, but don't forget to wash your hands when you come back home. Watch this video and learn how to wash them! *Aquesta setmana ja podeu sortir al carrer a fer una petita volta, però no oblideu rentar-vos les mans en arribar a casa. Mira aquest vídeo i aprèn com rentar-te-les.*

<https://www.youtube.com/watch?v=NoxdS4eXy18>

✍️ Create and write

After watching the video, I want you to create a poster explaining how to wash your hands properly. You should draw the pictures and write the explanation next to the picture. Here you have some examples. *Després de mirar el vídeo, vull que feu un pòster explicant com rentar-se les mans adequadament. Heu de dibuixar i escriure les explicacions al costat dels dibuixos. Aquí teniu alguns exemples.*



designed by freepik.com



*You can send me your answers (Word documents or pictures) to patriciagil@emarquina.cat.

PER MANTENIR EL NOSTRE COS TAMBÉ ENS HEM DE MOURE UNA MICA.

Feu la cursa d'orientació com s'explica en aquest vídeo i envieu-me una fotografia del vostre mapa (la vostra casa).

<https://youtu.be/6ZmXM7rCMNA>

Podeu enviar les fotografies del mapa a : : isaac@emarquina.cat

REPTE DE BALL

Hola nens i nenes de Tercer i Quart! Aquesta setmana us proposo un nou repte. Un repte de ball amb la cançó "Jailhouse Rock".

A continuació us deixo l'enllaç del tutorial que heu de seguir per fer el joc. Així doncs, us gravareu fent aquest repte i l'enviareu al meu email: angelamarti@emaquina.cat. Espero que us animeu i m'envieu molts vídeos. Una abraçada.

<https://www.youtube.com/watch?v=JbxDwaGwi2Q>

I també us deixo un altre vídeo amb una proposta per dibuixar

<https://youtu.be/AivNyh-UoPg>



Us desitgem que tingueu una molt bona setmana!