



Recomanacions MÚSICA Cicle Superior

5è MÚSICA

Hola, nois i noies.

Després d'uns dies de vacances (una mica diferents), res millor que començar a tocar alguna melodia amb la flauta.

Us he buscat un cançoneta "superfacilíssima", amb les notes **si, la i sol**.

Al vídeo surt tot molt ben explicat i és impossible començar fora de temps.

De tota manera, us recordo que **la cançó comença amb 8 compassos durant els quals, vosaltres no heu de tocar res. Són de silenci.**

Aquí teniu l'enllaç:

BALLADE (SI, LA , SOL)

<https://www.youtube.com/watch?v= Ec0I9U020M>

A continuació us passo la partitura. Abans de tocar, intenta picar el ritme i cantar les notes. Primer, per separat i, després, ritme i melodia junts.

Consulta el joc penjat al blog de l'escola per a qualsevol dubte de digitació! O el full que tenim al dossier!

Bona feina!

Ballade

Nicolas Berthe

8

SI LA SI SOL SI LA SOL

13

SOL LA SI SOL SI LA SOL SOL LA SOL SOL LA SOL

21

LA SI LA SOL SOL LA SOL LA SOL SOL

<http://musiquetesmusiquetes.blogspot.com.es/>

CATALÀ

A la cuina

Esteu aprofitant aquests dies per fer alguna recepta a casa? Si encara no ho heu fet aquest pot ser un bon moment per fer-ho. Busqueu, demaneu o traduïu alguna **recepta en català**. Penseu que per a seguir una recepta cal llegir primer els ingredients i els passos per assegurar que ho tenim tot preparat i que entenem tot allò que hem de fer. Un cop planificat ja us podeu posar a la feina!

I com a repte el que us plantejem és que expliqueu vosaltres la recepta que heu fet. Qui es vulgui gravar en vídeo, qui ho vulgui redactar, qui ho vulgui explicar de veu... Es poden afegir imatges, dibuixos... Com vulgueu. Us animeu?

Cavall Fort

Coneixeu *Cavall Fort*? És una **revista** pensada per a nens i nenes a partir de 9 anys. És de subscripció (és a dir, que cal pagar uns diners a l'any) però hi ha alguns continguts que es poden llegir online a: <https://cavallfort.cat/>

A continuació us deixem una lectura extreta de la pàgina web que està relacionada amb les receptes que us proposem:

Soc cuinera

[Cavall Fort 1383](#)

Minimegacracs

La Kenza té vuit anys, i de ben petita ja passava hores mirant les fotos de les revistes de cuina i preguntava com es feien els plats. Aquell interès s'ha convertit en passió fins al punt que a quatre anys ja va crear una recepta: el cuscús negre!

La idea li va venir de dos plats diferents que fan les seves àvies, que són excel·lents cuineres i de qui ella està aprenent molt:



“La Lali, l'àvia de Barcelona, fa un arròs negre molt bo, i a la Hajja, l'àvia de Rabat (Marroc), li surt boníssim el cuscús. I un dia vaig pensar que podria fer un canvi i se'm va acudir combinar-los.”

Així, en barrejar els ingredients de les dues receptes i afegir-hi la tinta del calamar, li queda un cuscús negre molt original i deliciós. **També s'ha inventat altres receptes**, perquè des de fa un parell d'anys, quan té una estona lliure, se'n va a la cuina i amb el que troba crea un plat nou. “Per exemple, un dia vaig agafar salsitxes de Frankfurt, pernil i formatge i ho vaig tallar en forma

de peixets i vaig fer un aperitiu. O bé preparo un pastís o una macedònia o alguna cosa per a les postres del sopar.” De vegades també cuina per als amics de la família, com el Nadal passat, que van anar de convidats i va fer el sopar ella: crema de carbassa i triangles de pasta de full farcits de feta i posats al forn.



RECEPTA FÀCIL PROPOSADA PER LA KENZA

Gelat de iogurt i galetes. Agafeu dos iogurts i els poseu en un bol. Hi tireu llet i ho remeneu bé. A part, piqueu galetes, les tireu al bol, ho barregeu tot i ho poseu al congelador. I surt un gelat boníssim! Poden ser galetes maria o de xocolata, o com us agradin.

A més, practica les receptes que aprèn als cursets infantils de cuina on assisteix des del curs passat: el de sushi que va fer a l'esplai, els que fa per Nadal i a l'estiu al restaurant Semproniana de la seva cuinera preferida, l'Ada Parellada, i el del Centre Cívic del Guinardó, on va cada dijous. Aquests dos últims li agraden molt:

“Allà cuinem de veritat; no és allò que un cuiner prepara la recepta i els nens només s’ho miren, sinó que podem cuinar sols i tenim tots els ingredients i fem tota la recepta nosaltres seguint les indicacions que ens posen a la pissarra.”



I “als tallers de l'Ada Parellada, a més de cuinar també anem a l'hort, al mercat, a un obrador on vam fer pa, a la llotja... I soc molt feliç!”

S’ho passa tan bé cuinant que, quan a l'escola els van demanar que escrivissin un conte, ella va explicar, a través d'una nena fictícia, la seva experiència en un dels cursos de cuina que ha fet. “És que m’agrada molt aprendre receptes noves, saber com es fa cada plat. I m’encanta conèixer els ingredients, barrejar-los amb les mans, pastar, olorar les espècies... I aprendre els trucs dels cuiners, com per exemple: perquè se’t barregi bé a la paella el que estàs cuinant, has de remenar en la direcció de les agulles del rellotge i després tirar el que et queda a la cullera cap endins, perquè així queda al mig.”

La Kenza creu que tothom pot cuinar bé si ho intenta. Però recomana paciència, no voler-ho fer ràpid i, sobretot, no tenir por de provar coses noves:

“Ho has de provar tot, perquè pot ser que una cosa que et penses que no t’agrada, llavors resulta que quan la tastes la trobes bona.”

Gràcies pels consells, Kenza, i per la recepta que ens has explicat. Felicitats a la cuinera!

Text i fotografies: ANNA FITÉ

Dibuixos: [ROGER ZANNI](#)

CASTELLANO

Aprendemos en casa

¿Conocéis la iniciativa *Aprendemos en casa*? Es una iniciativa del Ministerio de Educación y Formación Profesional para facilitar la educación desde la televisión pública durante el tiempo que duren las medidas de aislamiento.

En el canal de televisión **Clan** se están emitiendo contenidos educativos para estudiantes de 6 a 8 años (09:00 a 10:00 horas), de 8 a 10 años (10:00 a 11:00 horas) y de 10 a 12 años (11:00 a 12:00 horas). Los contenidos se distribuyen por días: lógica y matemáticas los lunes; ciencias sociales los martes; educación artística y educación física los miércoles; **lengua e idiomas los jueves**; y ciencias naturales los viernes.

Desde el área de castellano os proponemos que os sentéis delante del televisor en el **canal Clan el jueves de 11:00 a 12:00 horas** con una libreta en mano para tomar algún apunte sobre los contenidos que aparecen.

En general la hora empieza con alguna historia en castellano o inglés y continua con algún contenido de gramática u ortografía. Es en este apartado en el que deberéis tomar algún apunte o hacer algún esquema.

Si queréis también podéis acceder a los programas que ya se han emitido en el siguiente link: <https://www.rtve.es/infantil/series/aprendemos-casa-10-12/>

Por ejemplo, en los apuntes del programa del 26/03: <https://www.rtve.es/infantil/serie/aprendemos-casa-10-12/video/programa-4-lengua-idiomas-26-03-20/5546127/> se hablaría de diptongos e hiatos, de la acentuación de las palabras agudas, llanas y esdrújulas, de los verbos, los sustantivos, los adverbios...

En los apuntes del programa del 2/04: <https://www.rtve.es/infantil/serie/aprendemos-casa-10-12/video/programa-9-lengua-idiomas-02-04-20/5550377/> se hablaría del adjetivo calificativo, el comparativo, el superlativo, los determinantes, los signos de puntuación...

¿De qué hablarían los apuntes del jueves 16/04? ¡Aprovechad y estad atentos también a las historias que aparecen en inglés!

- **Os animamos también a estar atentos el martes (ciencias sociales) y/o el viernes (ciencias naturales) de 11.00 a 12.00 horas y que redactéis un resumen en castellano de unas 70-80 palabras sobre los contenidos que habéis visualizado. Sobre qué iba el programa, qué consideráis que es lo más importante, si os ha gustado o no...**

ENGLISH

Describing a picture

Remember:

THERE IS A...

THERE ARE SOME...

THERE AREN'T ANY...

Aquest trimestre hem treballat com es diu en anglès "Hi ha". Us proposem fer un repàs des de casa tot jugant. Es tracta que llegiu la descripció en anglès d'un dibuix i que vosaltres feu el dibuix que es descriu. S'adjunta un exemple del resultat que hauria de sortir (mireu-ho en acabar no al principi, és per comprobar si ho heu entès tot bé).Algunes paraules clau:

At the top (a dalt) /bottom (a baix) of the picture ...

In the middle (enmig) of the picture ...

On the left (esquerra) /right (dreta) of the picture ...

next to (al costat)

in front of (davant)

behind (darrere)

in (dintre)

on (a sobre)

under (a sota)

Amb aquest vocabulari ja podeu agafar un llapis i un paper i posar-vos a dibuixar. Podeu consultar el diccionari si ho necessiteu!

Ready? Steady? Go!

At the top of the picture, on the left, there is a big sun. On the right, at the top of the picture, there are two clouds.

Under the sun there are four birds flying together. And under the birds, at the bottom of the picture, there are some beautiful flowers.

In the middle of the picture there are three trees. They are big and they have got lots of leaves.

On the right of the picture, next to the trees there is a rabbit. The rabbit is jumping.

And in front of the rabbit there is a dog. The dog is on a skateboard and it has got big ears.

Com ha anat? Ara us toca a vosaltres fer un dibuix i explicar-ho en anglès! Podeu jugar amb els de casa i practicar. Us recomanem que proveu d'escriure-ho també!

La resposta amb el dibuix és al final d'aquesta pàgina. No ho mireu sense haver-ho intentat abans!

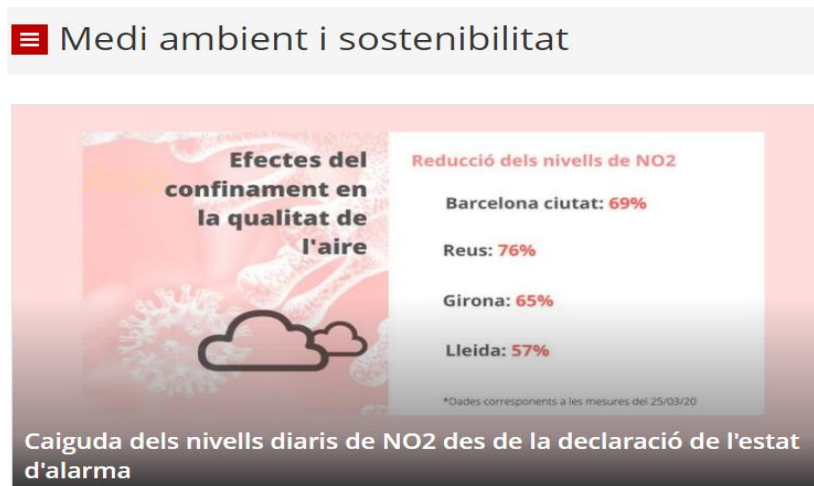


MEDI 1: EI CORONAVIRUS I EL MEDI AMBIENT!

Llegeix la següent notícia:

Els nivells diaris de diòxid de nitrogen cauen més del 60% des de la declaració de l'estat d'alarma

- En els últims dies, el descens ha arribat a ser d'entre el 70 i el 80%, amb estacions que han reduït més del 90% de l'NO₂ respecte la mitjana dels últims cinc anys en un mes de març
- La disminució es va començar a notar amb el tancament d'escoles i va augmentar amb la declaració de l'estat d'alarma
- Dins de la zona de baixes emissions de Barcelona, els nivells es redueixen més a les estacions situades en zones habitualment de trànsit intens
- Fora de la zona de baixes emissions, però en el seu radi d'influència, el descens també és més acusat en les estacions de trànsit intens



Els nivells diaris de diòxid de nitrogen (NO₂) a Catalunya s'han reduït una mitjana aproximada de més del 60% des de la declaració de l'estat d'alarma, segons les dades registrades per les diferents estacions de la Xarxa de Vigilància i Prevenció de la Contaminació Atmosfèrica (XVPCA).

El diòxid de nitrogen és un contaminant molt associat al trànsit i a la mobilitat. La Direcció General de Qualitat Ambiental i Canvi Climàtic ha comparat la mitjana dels

nivells d'una setmana tipus del mes de març amb els que s'han registrat enguany, coincidint amb diversos moments rellevants pel que fa a les mesures adoptades en el marc de la lluita contra el coronavirus.

Ahora, s'han analitzat els nivells registrats en diferents tipus d'estacions entre divendres 13 de març i dimecres 25 de març:

- **Estacions de trànsit:** situades en indrets representatius de situacions de trànsit intens, tant dins de la zona de baixes emissions (ZBE) com fora.
- **Estacions de fons:** ubicades en indrets representatius de trànsit menys intens, tant dins de la zona de baixes emissions (ZBE) com fora.
- **Estacions rurals de fons regional:** situades en àrees rurals i espais naturals.

Les dades indiquen una reducció generalitzada dels nivells de diòxid de nitrogen, en especial a partir de l'entrada en vigor de l'estat d'alarma, el 15 de març. Els descensos més acusats s'han donat, en general, a partir de dilluns 16 de març, primer dia laborable des de l'aprovació de la mesura. Cal tenir en compte, però, que aquell dia va ploure a molts territoris de Catalunya, propiciant unes condicions molt favorables a la dispersió de contaminants atmosfèrics. Un segon descens general es va produir el passat cap de setmana, i s'ha mantingut a principis d'aquesta. En estacions de trànsit intens, com la de l'Eixample de Barcelona, la reducció màxima de NO₂ es va registrar dimarts 24, amb un 81% respecte la mitjana d'una setmana tipus del mes de març del període 2015-2019. O dilluns 23, per exemple, el 91% a l'estació de Granollers.

Departament de Territori i Sostenibilitat. Dijous, 26 de març de 2020.

MEDI 2: EXPERIMENTEM!

Seguint amb la dinàmica de les últimes setmanes, et proposem fer un nou experiment.

Recorda seguir els passos que et permeten tenir un recull d'allò que va passant al llarg de l'experiment.

EXPERIMENT:

LES AMPOLLES D'AIGUA

Material: Ampolles d'aigua plenes, una canyeta i un cronòmetre.

Buidaràs de tres maneres diferents una ampolla d'aigua plena.

1. Buida l'ampolla d'aigua girant-la i deixant que caigui l'aigua. Cronòmetre quan temps triga en buidar-se.



2. Buida l'ampolla d'aigua girant-la i alhora *apretant-la* mentre es va buidant. Cronòmetre quan temps triga en buidar-se.



3. Introdueix una canyeta en l'ampolla d'aigua, la gires i bufa dins de la canyeta. Cronòmetre quan temps triga en buidar-se.



QUINA AMPOLLA D'AIGUA ES BUIDARÀ ABANS?

PLÀSTICA: DECOREM OUS DE PASQUA!

Aquest any hem passat unes vacances de Setmana Santa diferents.

Per això et proposem que tot i no haver pogut gaudir-les com estem acostumats, facis una manualitat de l'època: **Decorar ous de pasqua!**

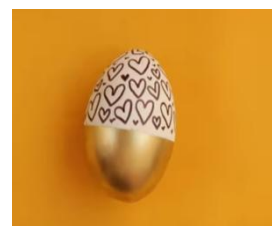
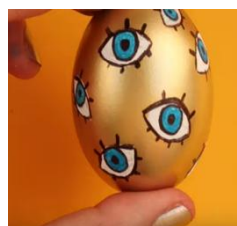
Per fer-ho necessitaràs closques d'ous i molta imaginació. El material que necessitaràs per fer les decoracions dependrà de com ho vulguis fer (pintura, retoladors, papers de colors, enganxines...).

Creativitat al poder!

Per buidar l'ou i que no es trenqui la closca a trossets, has de trencar-lo fent un forat petit en un extrem de l'ou i guardant l'interior per aprofitar-lo en un altre moment fent-te una truita o un remenat d'ous!



Et mostrem imatges que et donaran idees per decorar els teus ous de pasqua!



Aprofita també per fer una cistella per guardar els teus ous i així tenir un record d'aquesta Setmana Santa DIFERENT!

OCA DEL CONFINAMENT

Hola nois i noies. L'oca del confinament **no és un joc de taula**. És una **proposta d'educació física** que, aprofitant el joc de l'oca i seguint el seu mecanisme de joc, **us porta a realitzar tot un seguit de reptes físics divertits i saludables** que us mantindran en forma durant aquest període de temps que hem de romandre a casa.

Així doncs, si per exemple sou a la sortida i al dau surt un 2, a la casella nº 2 heu de realitzar (tal i com es mana) 25 abdominals. I així, fins arribar al final.

Esperem que us agradi i... **ENDAVANT AMB L'EXERCICI FÍSIC!!!!**





30 salts **4**

Tots els jugadors s'han d'hidratar

5

Mantenir durant 30"

6

Retrocedeix a la casella 3

7

De pilota a pilota i tires perquè et toca

8

10 flexions

9

Taula frontal 30"

10

"Lunge" x10

11

Quarentena: descansas dos torns

12

Descansas un torn

3

25 abdominals

2

"Skipping" 30"

1

De pilota a pilota i tires perquè et toca

28

Retrocedeix a la casella 24

29

"Fondos" de tríceps x10

30

Taula apropant genolls al pit x15

31

Tots beuen

32

x25

33

De pilota a pilota i tires perquè et toca

34

De pilota a pilota i tires perquè et toca

13

27 Mana un exercici a la resta de jugadors/es

2

Intercanvia la posició amb el jugador/a que et segueix

44

10 amb cada cama

45

En la següent tirada, compta cap enrere

46

Quantes ets capaç de fer-ne?

47

Mantenir 20"

48

Tothom fa els exercicis 1, 2 i 9

35

x20

14

26 "Lunge" lateral x10

1

43 Repeteix els dos últims exercicis que has realitzat

43

Mantenir 20" cada cama

54

20" per estirament i braç

56

META

51

x10

49

Salta a la casella 41

36

Torna a la casella de sortida

15

25 Pont x15

25

42 Balla la teva cançó preferida durant 30"

42

41 Neteja't les mans amb aigua i sabó

41

De pilota a pilota i tires perquè et toca

40

39 Torna a la casella 20

39

38 10 "burpees"

38

37 Torna a la casella anterior

37

10 flexions

16

Quarentena: descansas dos torns

24

De pilota a pilota i tires perquè et toca

23

Tots beuen

22

Taula lateral 30"

21

Agafa la drecera

20

x20

19

10 "squats"

18

De pilota a pilota i tires perquè et toca

17

SORTIDA

REPAS TEMA 3

1. a) Expressa la multiplicació com una suma.

$$4 \times 8 = \underline{\hspace{4cm}}$$

b) Expressa la suma com una multiplicació.

$$9 + 9 + 9 + 9 + 9 = \underline{\hspace{4cm}}$$

2. Multiplica.

a) $7 \times 50 = \underline{\hspace{2cm}}$ b) $40 \times 30 = \underline{\hspace{2cm}}$ c) $60 \times 800 = \underline{\hspace{4cm}}$

3. a) Expressa el producte com una potència.

$$3 \times 3 \times 3 \times 3 \times 3 \times 3 \times 3 = \underline{\hspace{4cm}} \quad 9^3 =$$

b) Expressa la potència com un producte.

c) Calcula la potència: 2^4

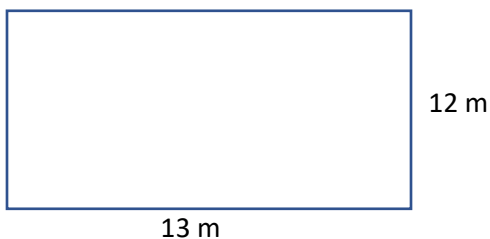
$$\underline{\hspace{4cm}}$$

d) Utilitza l'exponent per trobar el producte.

$$5 \times 10^4 = \underline{\hspace{4cm}}$$

4. Un lleó adult menja aproximadament 49 kg de carn a la setmana. Quanta carn menja a l'any?

5. Posar parquet val 9 € per metre quadrat. La sala d'estar d'en Joan té una longitud de 13 metres i una amplada de 12 metres.



a) Quina és l'àrea de la sala en metres quadrats?

b) Quant costa en total posar el parquet?

6. La Isabel té 4 granges de formigues. A cada granja hi ha aproximadament 625 formigues. Quantes formigues té en total?

REPAS TEMA 3

7. 1. En Teo guanya 9€ per hora al seu treball d'estiu.

a) Quant guanya en Teo en una setmana de 40 hores de feina?

b) Quant guanyarà en 8 setmanes?

c) Quantes setmanes més haurà de treballar per comprar-se un equip informàtic que val 3.600€?

8. 2. Una empresa va vendre 1.250 samarretes a 8€ cadascuna.

a) Quants diners va guanyar l'empresa?

b) Per cada samarreta l'empresa va pagar 2€ per calefacció, llum i electricitat. Quins són els costos per 1.250 samarretes?

c) Quin benefici va obtenir l'empresa amb les samarretes?

REPAS TEMA 3

9. 1. La llum viatja aproximadament a una velocitat de 300.000 km per segon.

a) A quina distància arriba en 1 minut?

b) A quina distància arriba en 1 hora?

10. Un ós formiguer pot menjar-se 30.000 formigues en un dia.

Quantes se'n pot menjar en un any?

REPAS TEMA 3

REPAS TEMA 3

REPAS TEMA 3

REPAS TEMA 3

REPAS TEMA 3

REPAS TEMA 3

c) $60 \times 800 =$ _____