

REPTE 2

24-30 d'abril

Mostra un hàbit saludable relacionat amb l'alimentació.

REGISTRE D'HÀBITS SALUDABLES

Haurem de representar amb **una imatge** i escriure en **un document escrit**, un **hàbit saludable relacionat amb l'alimentació** i **compromís** per seguir-lo a partir d'ara.

Pensa en els àpats que realitzem durant el dia, si són saludables, si són frescos o elaborats, si l'àpat és equilibrat i aporta els nutrients que necessites.

El que beus, l'aigua, també és important. Els sucus, millor naturals, i evitar begudes ensucrades i amb gas.



Pots fer una **foto** o un breu **vídeo** acompanyat d'un document de text per mostrar la teva feina creativa! Envia-ho a la teu tutor/a.

*Ramadan: Pots mostrar i explicar un àpat d'aquesta celebració.

PROPOSTA: per moure el cos ... ballem !

https://youtu.be/qCoc_qx3VY8?t=85