



"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ"



#JOEMQUEDOACASA

Benvolgudes famílies i infants!

Sabeu que hi ha un lloc dins de casa on cada dia es fan experiments?

i si en aquest mateix lloc poguéssiu fer d'artistes de circ?

O...potser us agradaria més fer d'investigadors" o matemàtics?

Creieu que aquest espai es pot convertir un laboratori literari i al mateix temps en un atelier artístic?

Un lloc on obrir els sentits, gaudir en família, emocionar-vos experimentar i aprendre infinitat de coses!

Endevineu ja de quin lloc us parlem??

..... SÍ!! HO HEU ENCERTAT!! ÉS...

LA CUINA

Preparat/da? Comença l'aventura!!



Endavant i esperem que en gaudiu molt!

Recordeu de fer-nos el retorn que tant ens agrada veure.

El correu de l'escola és: joanmirograns@gmail.com

L'equip dels grans.

Tere, Manel, Matilde, Mar, Vero, Yolanda, Amparo, Cinta, Graciela, Estela, Gina, Ana i Ariadna.





Experiments a la teva cuina

QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Fer un seguiment d'alguns canvis en la matèria



Els materials canvien d'estat, depèn de la temperatura, de la massa, del volum i de la densitat.

Saps que és cada cosa? Si la resposta és NO, et convidem a fer una recerca. (Què és la matèria? De què està formada? Quines són les seves propietats?)



Els materials estan compostos per molècules, la seva disposició és diferent si està en un estat sòlid, líquid i gasós.

- Sòlids: Tenen una forma definida. El seu volum és fix. No flueixen ni es difonen.
- Líquids: Prenen la forma del recipient. No es comprimeixen. El seu volum és fix.
- Gasós: S'adapten a la forma del recipient que els conté. Es comprimeixen i s'expandeixen amb facilitat. Flueixen fàcilment i es difonen.

La matèria canvia contínuament, l'aigua pot canviar d'estat...

PER EXEMPLE; Quan posem un recipient amb aigua per escalfar-la i comença a bullir... aquest canvi d'estat de l'aigua s'anomena evaporació.



DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

A partir d'aquí investiga tots els canvis d'estat que pot tenir l'aigua, posa un en pràctica i explica'l.

Observa atentament el següent vídeo:

PIRULETES DE XOCOLATA

https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&v=3eS3wLi35j0&feature=emb_title

Ja l'has vist? Primer el xocolata està en estat sòlid, després passa a estat líquid, i finalment el tornem a transformar en sòlid donant-li la forma que nosaltres volem.

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

A PARTIR D'AQUÍ QUE SE T'ACUT PER PORTAR A LA PRÀCTICA?

Explica'ns el procediment que has emprat, resultat i les conclusions a les quals has arribat. Has de realitzar un registre del procés.

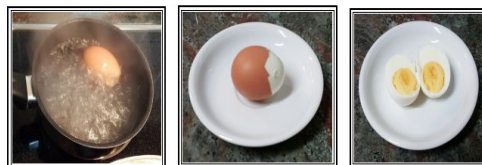
MODEL REGISTRE DEL PROCÉS

Ingredients: ou i aigua

Material: cassó i temporitzador

Procediment: en primer lloc posem aigua al cassó i ho escalfem. Esperem fins que l'aigua bulli i llavors posem l'ou. Després de 12 minuts el traiem, i el posem al cassó amb aigua freda perquè no continuï fent-se. Per últim, després de trencar la closca, observem com ha canviat.

Resultats: en trencar la closca de l'ou observem que de líquid ha passat a sòlid. La clara, que quan està crua és semitransparent, ha passat a ser de color blanc opac i ha adoptat la forma de la closca de l'ou. El rovell ha quedat dins de la clara i és sòlid, de color taronja i de forma esfèrica.



Conclusions: El tipus de cocció utilitzat per fer l'ou dur és la cocció, concretament la tècnica del bullit. Hem submergit l'ou a l'aigua bullint (100°C), i el primer contacte de l'aliment amb la calor ha provocat la coagulació de les proteïnes... Es un canvi físic perquè passa d'estat líquid a sòlid però les propietats són les mateixes.



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Una piràmide saludable



OBSERVA AMB ATENCIÓ AQUESTES PIRÀMIDES

La piràmide de l'alimentació saludable

Exemple que promou la Generalitat de Catalunya

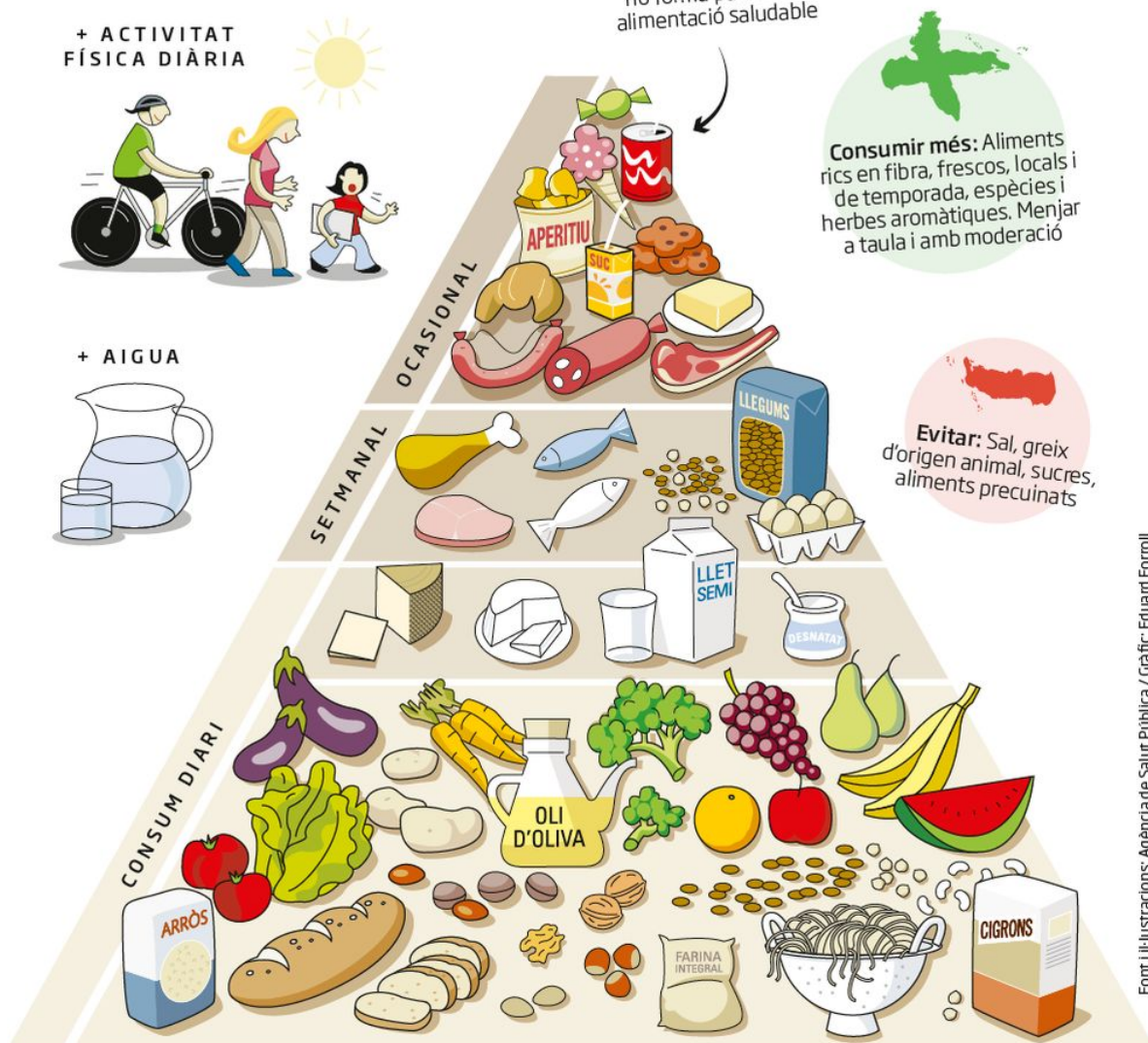
+ ACTIVITAT FÍSICA DIÀRIA



+ AIGUA



Actualment està en debat **suprimir l'apartat de consum ocasional**, ja que no forma part d'una alimentació saludable





Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Com s'interpreta la piràmide?

La forma triangular de la piràmide representa quina és la freqüència amb què s'han de consumir els diferents grups d'aliments. Així, els que se situen a la base són els que més pes han de tenir en l'alimentació habitual. En canvi, cal reduir el consum dels que hi ha a mesura que es puja cap al vèrtex del triangle.



Per aconseguir un bon estil de vida saludable és important incorporar a la teva vida activitat física diària, una bona alimentació, una higiene adequada i un descans apropiat.

Estil de vida saludable = Activitat física + Nutrició + Higiene + Descans



Un cop has vist i entès aquestes piràmides et proposem el repte següent:

Desenvolupament de l'activitat:

Has de triar un dia de la setmana i apuntar a la graella els diferents àpats que has realitzat durant el dia.

Dia d'observació:	
ESMORZAR	
DINAR	
BERENAR	
SOPAR	

Un cop tinguis la graella anterior feta, autoavalua't responent les següents preguntes:

1. Fes un llistat dels aliments que has consumit durant aquest dia d'observació. Tenint en compte la piràmide, classifica els aliments que has ingerit en base, mig o vèrtex.

BASE	MIG	VÈRTEX

2. Penses que el dia d'observació has tingut una alimentació saludable?
3. Creus que pots millorar la teva alimentació? Digues el perquè.



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Malabarisme saludable



QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Aprendre el moviment malabar (cascada)

Primer de tot, necessitarem unes pilotes malabars.

Què podem utilitzar?

Tens dues opcions:

_ Agafar tres taronges, llimones o mandarines

_ Crear les teves pròpies pilotes. Et donem idees de com fer-ho en el següent enllaç:

[Cómo hacer unas pelotas de malabares](#)

Ara et toca practicar! A la pàgina web de l'escola trobaràs un vídeo on la Yolanda t'explicarà pas a pas com realitzar el moviment malabar de "cascada".

Com ha anat l'experiència? t'animem a fer un vídeo i compartir-lo al correu de l'escola o bé, explica'ns per escrit la teva "aventura".



LLEGIM I OPINEM:

QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

Identificar les idees principals d'un text

ÀMBIT LLENGUA
CATALANA

Desenvolupament de l'activitat:

Abans de llegir,

1. Fixa't en el títol i en la imatge. Fes una suposició de què tractarà la lectura.
2. Pel format, podries dir de quin tipus de text és: narració, entrevista, conte, article, text instructiu... Què t'ho fa pensar?

Ara llegeix atentament la lectura

Que les dones entrin a la cuina!

PAULA MOLÉS

Redactora especialitzada en gastronomia



La meva àvia dinava dreta, d'una revolada, i, si calia, es treia el mos de la boca per donar-lo als homes, que ells sempre necessitaven més energia! Ella era de les que feien meravelles amb el menjar. Amb pocs recursos, feia plats per llepar-se'n els dits! A ella ningú li va agrair mai aquella feinada diària, de caps de setmana, festius, bodes i comunions.

Històricament, ens agradi o no, **la dona i la cuina s'han entès bé**. Per això és ben curiós que, si tan bona ha sigut la relació, no siguem les dones les millors xefs del país, les que anem a fer conferències, les guardonades o les que dirigim les institucions gastronòmiques. No era aquest, el nostre espai?

La pregunta és si hi ha **masclisme a la cuina**. Jo no he treballat mai en una cuina professional, però moltes cuineres diuen rotundament que sí que n'hi ha. Costa trobar dones xefs, dones caps de partida... El món de l'hostaleria, és un dels més sacrificats que hi ha. A moltes dones se'ls pregunta constantment com s'ho fan amb la **conciliació familiar**. I els homes cuiners? No concilien, ells?

L'altra pregunta seria si **hi ha masclisme a la gastronomia**, l'extens món que inclou productors, historiadors, sommeliers, o opinadors. Els periodistes gastronòmics més prestigiosos són homes □

Alguns diuen que les dones mai haurien d'haver sortit de la cuina. Potser el que passa és que parlem de cuines diferents.



Després de llegir: Contesta aquestes preguntes.

1. Qui ha escrit aquest text?
2. Pel que fa a la cuina, hi ha alguna semblança entre l'àvia que descriu l'autora i la teva?
3. Tria 2 adjectius que poden descriure a l'àvia de l'autora i justifica el perquè de la teva tria?

valenta - creativa - ordenada - treballadora - poruga - generosa - alegre

4. Què voldrà dir l'autora amb la frase "La dona i la cuina s'han entès bé"?
5. Què opinen la majoria de cuineres sobre el masclisme a la cuina?
6. És el mateix masclisme a la cuina que masclisme a la gastronomia?
7. Per acabar diu: "Potser el que passa és que parlem de cuines diferents". A quines cuines creus que es refereix?

Per acabar: Ara, és l'hora de l'avaluació:

	NOVELL	APRENENT	AVANÇAT	EXPERT
Preguntes literals (1, 5) <i>(cal buscar)</i>	Tot i llegir-ho amb calma no ha localitzat les respostes en el text.	Ha llegit dues vegades el text per a trobar les respostes.	Recordava haver-ho llegit, però ha necessitat buscar-ho.	No ha necessitat tornar-ho a llegir, ho recordava.
Preguntes inferencials (2, 3,7) <i>(fan pensar)</i>	Ha respost si /no, sense donar més explicació.	Respon sense fer referència al text.	Fa referència al text i als coneixements previs, però no ho fa a les 3 preguntes	Fa connexió del text i els coneixements previs, a les 3 preguntes.
Preguntes crítiques(4,6) <i>(demanen opinió)</i>	Dóna una resposta simple.	Dóna una resposta que extreu de la lectura	Dóna una resposta que relaciona amb coneixements propis.	Relaciona la resposta amb la lectura i els coneixements que té.



EXPLICA'M UNA RECEPТА!!!

QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Saber seqüenciar el procés d'una recepta.
- Explicar oralment els passos per a fer-la

Desenvolupament de l'activitat:

En aquesta activitat hauràs d'explicar ORALMENT el procés d'elaboració d'una recepta de cuina.

Per això et proposem aquesta graella d'ajuda:

Preparació:

Prepara el què hauràs d'explicar. Et pot ajudar aquesta taula:



Presenta't	
Quina recepta explicaràs? Per què?	<ul style="list-style-type: none">• Una de l'àvia• Una del pare• Una de master chef• El teu plat preferit
Pots dir primer els ingredients	
Ordena els passos	1r 2n 3r
Pensa com ho compartiràs: video, àudio, el dia de la trobada per skype....	
T'ajudaràs d'algun suport? eines, exemples, fotos...	
Necessitaràs un guió escrit?	
Assaja abans per tenir-ho tot controlat.	

Execució



Ara, ja ha arribat l'hora de la veritat.

Has d'explicar-nos aquesta recepta de cuina que has preparat.

Pots fer-ho de la manera més original, divertida... que se t'acudi, en un video o a l'skype el dia que compartim els retorns de les activitats.



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Ara toca avaluar-te!!!

	SI	NO	PER QUÈ?
M'he presentat?			
He explicat el motiu de la tria de la recepta?			
Pots dir primer els ingredients			
He dit els passos ordenadament?			
M'he ajudat d'algun suport? Quin?			
M'he ajudat d'un guió?			
He assajat abans d'explicar-ho definitivament?.			



EL TEXTO INSTRUCTIVO EN LA COCINA: LA RECETA

ÀMBIT
LINGÜÍSTIC:
LLENGUA
CASTELLANA

QUE TENDRÁS QUE CONSEGUIR?

- Planificar un texto instructivo, con la ayuda del guión.
- Saber escribir un texto instructivo, con la ayuda del guión.
- Tener en cuenta el uso de la mayúscula, el punto y la coma.

ANTES DE EMPEZAR!!!

Que es un texto instructivo: los textos instructivos tienen como finalidad dar las instrucciones precisas, para poder aprender a hacer acciones, de manera ordenada, con todos los pasos necesarios.

Características de los textos instructivos:

- Estructura ordenada por pasos: a veces se presenta de forma esquemática y ordenada con números (1, 2, 3), puntos o guiones.
- Tiene que ser esquemática y precisa.
- Contiene un listado de elementos, piezas, ilustraciones o ingredientes: a veces van acompañados de imágenes o ilustraciones, para facilitar la identificación y hacerlo más comprensible.
- Se usan expresiones como: se coje..., tenéis que coger..., cojereis...

Canelones de setas de temporada

INGREDIENTES:

- 12 placas de pasta para canelón
- 5 champiñones
- 5 setas portobello
- 2 niscalos
- Salsa de tomate frito casera
- 1 diente de ajo
- Un puñado de piñones

Para la salsa bechamel:

- 250 ml de leche de soja sin azúcar
- Aceite de oliva
- 2 cucharadas soperas de harina de trigo (o integral o de espelta)
- Nuez moscada
- Pimienta negra, sal

ELABORACIÓN:

1. Lavamos y picamos las setas y el ajo. Salteamos en una sartén a fuego medio junto con un chorrito de aceite de oliva y los piñones hasta dorar ligeramente.
2. Añadimos la salsa de tomate hasta cubrir el salteado. Salpimentamos y dejamos cocinar un par de minutos. Apagamos el fuego y reservamos.
3. Cocemos o remojaamos las placas de pasta en función de las indicaciones de su fabricante. Cuando estén listas, las colocamos sobre un trapo limpio y rellenamos el interior con una cucharada del salteado anterior.
4. Envolvemos los canelones y los colocamos en la bandeja para horno, previamente engrasada con un poco de aceite de oliva.
5. Preparamos la bechamel mezclando en una olla la leche de soja junto con un chorrito de aceite de oliva, y una pizca de sal y nuez moscada. Dejamos calentar ligeramente.
6. Añadimos las dos cucharadas soperas de harina y, sin dejar de remover, mantenemos la olla a fuego medio hasta que espese.
7. Cubrimos los canelones con la bechamel. Horneamos con ventilador durante 30 minutos a 180 grados, hasta gratinar.

Fuente: www.recetasveganas.net



PREPARACIÓN: Prepara lo que deberás escribir.

Título	
¿Que receta escribirás? ¿Por qué?	<ul style="list-style-type: none"> • Una de la abuela • Una de tu padre, madre... • Una de master chef • Tu plato preferido...
Puedes enumerar los ingredientes, poner imágenes...	
Ordenar los pasos de la explicación.	1r 2n 3r



EJECUCIÓN:

Como ya os habréis dado cuenta, la receta es un texto instructivo. Por lo tanto, en esta actividad tendréis que escribir una receta, pero antes tendréis que planificarla (prepararla) y luego escribirla.



Ahora es el momento de autoevaluarse:

Autoevaluación	NOVELL	APRENT	AVANÇAT	EXPERT
Planifica el texto	No ha planificado el texto.	Solo ha planificado un apartado de todos.	Ha planificado dos de los apartados	Ha planificado todos los apartados.
Escribe el texto.	Le cuesta seguir un orden a la hora de escribir.	El texto es desordenado.	Sigue un orden però se repite.	Sigue un orden y sin repetirse.
Uso de la mayúscula	No hace ninguna.	Hace menos de la mitad de las palabras.	Hace más de la mitad però no todas.	Las hace todas bien.
Uso del punto	No hace ningún uso del punto en todo el texto.	Tiene en cuenta el uso del punto, y hace menos de la mitad.	Tiene en cuenta el uso del punto y hace más de la mitad.	Tiene en cuenta el uso de los puntos y no se deja ninguno.
Uso de la coma	No se usa ninguna coma en todo el texto.	Tiene en cuenta el uso de la coma, pero pone menos de la mitad.	Tiene en cuenta el uso de la coma, però no las tiene todas en cuenta.	Tiene en cuenta el uso de la coma y no se deja ninguna.



RECUERDA!! Tendremos en cuenta las normas ortográficas, a la hora de escribir el texto.

NORMAS ORTOGRÁFICAS

- **La mayúscula:** se escribe mayúscula:

- Al principio de un texto.
- Después de un punto.
- Nombres de personas y personajes.
- Nombres de pueblos, ríos y ciudades.
- Nombre de mares y océanos.
- Nombre de animales.



- **El punto:** se escribe el punto:

- El punto y a parte: al final de un párrafo.
- El punto y seguido: al final de una oración.
- El punto y final: al final de un texto.



- **La coma:** se escribe la coma:

- Para separar dos o más palabras de una enumeración. **Ejemplo:** Acudió toda la familia: abuelos, padres, hijos, cuñados, etc.
- Separan estas expresiones: esto es, es decir, o sea, en fin, por último, sin embargo, no obstante, además, por lo tanto, en cambio, en primer lugar, etc.
- Se usa coma para separar las oraciones de un enunciado. **Ejemplo:** Antes de irte, corre las cortinas, cierra las ventanas, apaga la luz y cierra.
- Se escribe coma para aislar el vocativo: Julio, ven acá.
- La coma sustituye un verbo: A Pedro le gusta el jamón; a Juan, el tocino.





LITERATURA EN LA COCINA

QUE TENDRÁS QUE CONSEGUIR?

- Encontrar fragmentos literarios relacionados con el mundo de la cocina.



ANTES DE EMPEZAR!!!

¿Qué son fragmentos literarios?: son una creación artística donde el autor expresa sus sentimientos y emociones o expresa una idea a través de las palabras.

• ACTIVIDAD 1

Buscad un fragmento de un cuento, novela, obra teatral, poema... que os haya gustado y que esté relacionado con la cocina. Tenéis que copiarlo en un formato atractivo, teneis que poner el título y nombre del autor y justificar por qué lo habéis escogido.

"El cocinero no es una persona aislada, que vive y trabaja sólo para dar de comer a sus huéspedes. Un cocinero se convierte en artista cuando tiene cosas que decir a través de sus platos, como un pintor en un cuadro"

- Joan Miró

Receta

Tómese un poeta no cansado,
Una nube de sueños y una flor,
Tres gotas de tristeza, un tono dorado,
Una vena sangrando de pavor.
Cuando la masa ya hierve y se retuerce
Se echa la luz de un cuerpo de mujer,
Una pizca de muerte que refuerce,
Que un amor de poeta así lo quiere.

· José Saramago

En mi cocina
Hago en mi cocina
mezclas explosivas



Pelo de ratón,
pico de jilguero,
muchos pimentón,
lana de carnero.

Huevos de avestruz,
tres dientes de gato,
patas de ciempiés,
mil plumas de pato.

Lo machaco todo,
lo remuevo bien,
lo bato y lo cuezo,
y cuento hasta diez.

Sagrario Luna

De manera opcional, después de copiarlo, podéis hacer un vídeo recitando oralmente vuestro fragmento y enviar el resultado al correo de la escuela:

joanmirograns@gmail.com



Tot anirà bé

*"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ*



Ahora es el momento de autoevaluarse!

PREGUNTAS	SI	NO	OBSERVACIONES
¿Has encontrado algún fragmento literario?			
¿Has necesitado ayuda, para hacer la actividad?			
¿Conocías alguno? ¿Cuál?			
¿Te gusta la literatura?			
¿Te parece difícil la actividad?			
¿Has sabido explicar el porqué de la elección de tu fragmento?			



Tot anirà bé

“Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Identificar les idees principals d'un text informatiu.
- Extreure informació concreta d'un text informatiu.



Read this text and tick the correct answers

LITTLE CHEFS COOKING SCHOOL

Do you want to be a chef? Are you between 8 and 16 years old? Come and learn to prepare delicious healthy recipes!



THE SCHOOL

The school has got three kitchen with a great variety of utensils.

THE TEACHERS

The teachers are professional chefs, They work in famous restaurants in the city. They love teaching children and they are very funny.

THE LESSONS

Every day we learn about a different country and cuisine. After that you cook under the chef's directions.

You learn about healthy eating, identify ingredients and combine them.

AFTER COOKING

After preparing a delicious meal, you can eat it at the school with your cooking friends or take it home in a special box.

VOCABULARY:

- healthy recipes : receptes saludables
- teaching: ensenyar
- learn aprendre
- meal: menjar

LITTLE CHEFS COOKING TIMETABLE

	MONDAY Fruit	TUESDAY Italian food	WEDNESDAY French food	THURSDAY Japanese food	FRIDAY Birthday party	SATURDAY Cakes and pies
10:00						carrot cake
11:00						apple pie
12:00						chocolate muffins
17-18:30	Fruit salad	pizza	crepes	sushi	original sandwiches	
18:30-20:00	Fruit ice-cram	carbonara sauce	croissants	vegetable noodles	strawberry cake	



Tot anirà bé

“Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Prices per month

Groups:

Minimum 10

Maximum 15 students

1 class..... 25Euros

2 classes..... 45 Euros

3 classes 65 euros

Additional classes.... 10 euros each

For more information please go to: www.littlechefscookingschool.com

1. At Little Chefs cooking School, food is...
 - a) greasy
 - b) healthy
 - c) fast

2. Cooking teachers are...
 - a) parents who love cooking
 - b) primary school teachers
 - c) professional chefs

3. Do you eat what you cook.
 - a) Yes, at school and at home
 - b) Yes, only at school
 - c) No, they don't eat what they cook.

4. Look at the timetable. The school is NOT open...
 - a) on Sundays
 - b) on Tuesdays
 - c) on Mondays and Fridays

5. You can learn..... recipes at the cooking school.
 - a) just French
 - b) only Indian
 - c) International

6. What's the price for two classes
 - a) twenty-five Euros
 - b) forty-five Euros
 - c) sixty euros

7. For more information you can visit ...
 - a) twitter
 - b) the school's website
 - c) the local magazine

8. The text is about
 - a) Kitchen utensils
 - b) a balanced diet
 - c) a school of cooking



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



Ara toca autoavaluar-te!!!

SELF ASSESSMENT Marca amb una X	FÀCILMENT	HE NECESSITAT AJUDA	M'HA RESULTAT MOLT DIFÍCIL
He pogut entendre de què anava el text?			
He entès les preguntes sobre el text?			
Crec haver trobat la resposta correcta...			

Per saber si has respost correctament a les preguntes del text, mira aquesta taula i tria les lletres segons les teves respostes.. Podràs formar una paraula sinònima de **FANTASTIC**

1. a) w b) f c) r

2. a) o b) i c) a

3. a) b b) m c) s

4. a) u b) o c) a

5. a) c b) i c) l

6. a) r b) o c) e

7. a) s b) u c) w

8. a) n b) a c) s



"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Relacionar estris de cuina amb instruments de percussió
- Reproduir diferents ritmes amb instruments de percussió



MÚSICA AMB ESTRIS DE CUINA

· **Auui ens endinsarem al món de la percussió amb estris de cuina, però abans us convido a que fem una ullada general sobre aquest tema:**

Quan escoltem, parlem o llegim sobre un concert, generalment imaginem amb la interpretació musical d'un grup de pop, rock o qualsevol altre estil musical de l'actualitat.



Alguns també imaginem la interpretació musical d'un grup de música clàssica, el que coneixem com a orquestra simfònica.



Tot i això, les possibilitats d'agrupacions musicals va més enllà d'aquelles que utilitzen instruments convencionals com la guitarra, els teclats, la bateria, la trompeta, el violí o el



clarinet.

Us convido a que mireu un curtmetratge d'uns deu minuts que es centra amb una agrupació de percussionistes professionals que utilitzen objectes de casa per fer música. Aquest curtmetratge s'anomena "Música per un apartament i sis percussionistes", i es va estrenar l'any 2001 al país de Suecia. Espero que us agradi:

<https://www.youtube.com/watch?v=5qK4cWTbXd8&t=150s>

· Ara et toca a tu fer música amb estris de cuina de casa teua. Et proposo un joc musical. Poden jugar fins 4 membres de la teua família (si sou menys no passa res). Segueix les següents instruccions:

1. Escull i reparteix a cada membre que participarà un estri de cuina que soni al picar-los.
2. Practiqueu ritmes, però heu d'anar molt en compte, perquè tots haureu de fer ritmes amb sentit, perquè quedi bé.
3. És important que cadascú triï un ritme i que el mantingui sense canviar-lo. Però recordeu que quan sonin tots a l'hora han de sonar bé, amb sentit, no cadascú per separat.
4. Us deixo un exemple que he gravat perquè us feu una idea.

https://www.youtube.com/watch?v=QYGt6M7n_-E

5. Fes un vídeo d'uns 15 o 20 segons fent aquest joc amb els teus familiars i envia'l a joanmirograns@gmail.com

AUTOAVALUACIÓ DEL MEU PROCÉS D'APRENTATGE

Marca amb una creu (X):	SÍ	NO
• M'ha semblat molt complicada?		
• M'ho he passat bé?		
• M'he esforçat al màxim?		
• M'ha semblat adequat el tema per aprendre?		



MESURES A L' ANTIGA



QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- **Conèixer unitats pes.**
- **Comparar objectes, ordenar-los i classificar-los pel seu pes.**

La pregunta és: com ho fèiem abans? Doncs molt fàcil, amb unitats de mesura antigues. Majoritàriament en desús, només les trobem a la literatura i a la memòria de les persones grans, ja que malgrat que la llei imposava les noves, el comú de la gent segueix fent-les servir, perquè tenien el costum i els hi era més fàcil.

Les unitats de mesura que s'utilitzava antigament, trobem unes quantes, ja siguin unitats de pes, de capacitat, per a mesurar longituds, o fins i tot superfícies, com per exemple les balances, quina ha sigut la seva evolució:



balança de dos plats



balança monoplat



balança digital

PROPOSTA 1

Quant creus que pesen els següents objectes i productes: més o menys d'1 kg? Ho pots comprovar amb la balança si disposeu d'alguna a casa o també es poden tenir preparats productes de la cuina de casa, per exemple: un paquet d'arròs, de farina de 500 g, de 250 g, de 200 g i de 100 g per tal de poder observar-ne i comprovar-ne les equivalències.





"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



T'HAS QUEDAT AMB GANES DE MÉS?

Equivalències de massa.

250 g = 1/4 kg	1.000 g = 1 kg
500 g = 1/2 kg	1.000 g = 1/2 kg + 1/2 kg
500 g = 1/4 kg + 1/4 kg	1.000 g = 3/4 kg + 1/4 kg
750 g = 3/4 kg	1.000 g = 1/4 kg + 1/4 kg + 1/4 kg + 1/4 kg
750 g = 1/2 kg + 1/4 kg	
750 g = 1/4 kg + 1/4 kg + 1/4 kg	



Quants paquets necessitem per tenir aproximadament un quilogram de producte?



50 sobres de 7g



300g



85g

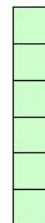


500g

	1 paquet	2 paquets	3 paquets	
Macarrons				
Caramel				
Colorant				
Sucre				



logurt Llaollao 24 g



6 terrossos



PROPOSTA 2

- Et proposem un **REpte**, conscienciar-nos de la importància de **reduir el consum de sucre**. Per a fer-ho, necessitem la teva ajuda. Cal que busquis a casa alguns dels productes següents (si no en tens algun, substitueix-lo per un altre que tinguis):

Un paquet de galetes

Un bric de suc

Una ampolla de Cacaolat

Una tauleta de xocolata

Un bric de tomàquet fregit

Un refresc

- Ordena els productes segons la quantitat de sucre que creus que tenen.
- Comprova realment quina és la quantitat de sucre de cada producte i revisa l'ordre que has establert anteriorment. Et donem una pista: consulta l'etiquetatge dels productes.

Equivalències

4 g de sucre equivalen a 1 terròs de sucre

16 g de sucre equivalen a 4 terrossos de sucre

28 g de sucre equivalen a 7 terrossos de sucre

96 g de sucre equivalen a 24 terrossos de sucre

Producte	Quantitat de sucre	Terrossos de sucre
logurt mitjà Llaollao	24 grams (g)	6



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



3. Consulta 4 aliments que consumeixes habitualment en un dia i calcula quina quantitat de sucre hi ha present.

La OMS ens recomana no superar els 24 grams de sucre al dia.

Recorda, el sucre està present de moltes i variades formes als diferents aliments que consumim.



Per anar més enllà...

<https://www.ccma.cat/tv3/super3/infok/piriscopi-el-sucre/video/5939746/>

AUTOAVALUACIÓ DEL MEU PROCÉS D'APRENTATGE

Marca amb una creu (X):	SÍ	NO
M'han semblat molt complicades les dues propostes?		
He après alguna cosa més sobre la mesura?		
M'he esforçat al màxim?		
M'ha semblat adequat el tema per aprendre?		



COQUES PER A TOTHOM!

QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- Donar una resposta raonada a la solució d'un problema.



Per la festa de final de curs, aquest any s'ha proposat fer coques per tots els alumnes. Per fer una coca s'utilitzen els següents ingredients:

- 1 iogurt natural
- 2 pots de iogurt de sucre
- 3 pots de farina
- Mig pot d'oli d'oliva
- 1 sobre de llevat
- La pela ratllada d'una llimona
- Un polsim de sal
- 3 ous

Pensa els ingredients per fer 2 coques, per fer-ne 3 i per fer-ne 6, i completa la taula.

1 coca	2 coques	3 coques	6 coques
1 iogurt natural			
2 pot de iogurt de sucre			
3 pots de iogurt de farina			
Mig pot de iogurt d'oli d'oliva			
1 sobre de llevat			
La pela ratllada d'una llimona			
Un polsim de sal			
3 ous			



Ara pensa que has d'anar a comprar a la botiga tots els ingredients. Què compraràs per fer una coca? I per fer-ne tres? Escribeu les llistes i compara-les.

Necessitaràs saber que un pot de iogurt omplert al ras pesa: <ul style="list-style-type: none">➤ 75 grams de farina➤ 130 grams de sucre➤ 130 grams d'oli	<u>Llista per 1 coca</u>	<u>Llista per 3 coques</u>
--	--------------------------	----------------------------

Busca el preu dels ingredients al supermercat. Quant hauràs de gastar per fer una coca? I per fer-ne 3?

Per fer-ho, us facilitem dues adresses per consultar els preus online.

<https://www.carrefour.es/>

<https://tienda.consum.es/consum/#!/Home>

Després d'haver fet tots els passos, reflexiona i argumenta la teva resposta.

El preu per fer-ne 3 és el triple que per fer-ne una? Per què?

I ara, a autoavaluar-se!

	NOVELL	APRENT	AVANÇAT	EXPERT
Realitza les equivalències	Tinc dificultats per realitzar les equivalències.	Realitzo equivalències per a dos coques.	Realitzo equivalències per a dos i tres coques	Realitzo les equivalències per fer totes les coques.
Calcula la quantitat de pes i capacitat.	Trobo la quantitat de llevat, llimona i ous.	També calculo la quantitat de iogurt i sal.	També calculo la quantitat d'oli.	Calculo totes les quantitats dels ingredients.
Dona resposta raonada a la solució d'un problema	Dono el preu aproximat d'una coca sense cap argumentació.	Calculo el resultat del preu per fer una coca.	Faig una aproximació del preu per fer una o tres coques però no argumenta.	Dono una resposta argumentada a totes les preguntes.



Tot anirà bé

"Som, sentim i fem l'escola de la gent
ESCOLA JOAN MIRÓ



QUÈ HAURÀS D'ACONSEGUIR?

- **Gaudir de la creació d'una composició visual amb aliments**



MENJAR-TE EL MÓN



Saps que les mames i papes japoneses s'han tornat autèntics expertes en convertir el menjar del nens/es en un plat divertit, saludable i ple d'art?

Decoren la carmanyola que porten els seus fills/es a l'escola per dinar, i en diuen "BENTO" vol dir "menjar servit en una capsa" . No et sembla una bonica mostra d'amor?

Vols veure algun exemple?

<https://www.rtve.es/television/20141010/edredon-tortilla-sobre-osito-arroz-dormido/1027177.shtml>

<https://www.youtube.com/watch?v=nlgPl7HWD-l>

i ara.. T'atreviries a fer la teva pròpia creació?

A qui li prepararies el teu BENTO? A algú de la família? A tu mateix?

Aquí tens uns quants exemples més fets amb aliments saludables

<http://beingcreativetokeepmysanity.blogspot.com/2013/08/back-to-school-lunches.html>

AUTOAVALUACIÓ DE LES PROPOSTES	SI	NO
M'he esforçat per fer la creació del meu plat?		
M'ha semblat divertida la proposta?		
He decorat el meu plat amb menjar saludable?		
He après una costum nova d'altres països		
He gaudit fent la meva creació?		