

Activitat per a 4t, 5è i 6è d'educació primària

Amb l'objectiu de proporcionar materials als equips docents, el programa Educatiu Menjo de Mercat us presentem la següent proposta d'activitat per l'alumnat de 4t, 5è i 6è, per a seguir treballant, durant el confinament, l'aproximació al mercat com un espai on l'alumnat pot reconèixer els productes que es troben al mercat: Productes frescos i de qualitat.

Objectiu:

Relacionar els productes del mercat amb la dieta sana, rica i equilibrada.

PROPOSTA:

A partir de la visualització dels següents vídeos, l'alumnat ha de preparar un esmorzar o berenar i escollir entre *Berenar tropical* i *Esmorzar de muntanya*.

En la qual han d'aparèixer diverses informacions:

- Nom del plat.
- Petita explicació dels plats que aportaran (sucs, entrepans, batuts, etcètera)..
- Ingredients que s'han fet servir.
- Justificació de les propietats saludables de la proposta.

Els vídeos:

Menjar fruita, Les hortalisses, El pollastre,
Fruita de temps, El pa, Menjar ous, Peix blau,
Els formatges, La carn, Els fruits secs
i Els llegums



**MENJEM SA
MENJEM DE
MERCAT**

