

A L I
M E N
T e S

DIARIO

A L I M E N T e S

DE UN TRIMESTRE MUY RARO

Educación infantil

NOMBRE Y APELLIDOS:

DIRECCIÓN:

EDAD:

CON QUIÉN VIVO:





A L I M E N T E S

GADIS

EMOCIONES



Alegría



Tristeza



Rabia



Miedo



Calma



Pereza

¿Cómo me he sentido durante este tiempo en donde no he podido ir a mi cole? Marca con una cruz las tres principales emociones que has sentido.

RECETAS PARA HACER EN FAMILIA



Helado saludable

HELADO DE YOGUR Y CEREZA

Ingredientes:

2 yogures naturales

Un puñado de cerezas

Preparación:

1. Deshuesa y corta en trozos pequeños las cerezas para que queden como tropezones.
2. Pon los yogures en el vaso de la batidora y bátelos con las varillas hasta que tenga una consistencia cremosa.
3. Añade las cerezas y mézclalas.
4. Introduce la mezcla en el congelador.

Si quieres mantener la textura cremosa del yogur, es recomendable que cada media hora saques el helado del congelador y lo remuevas al menos durante las dos primeras horas. Es un poco más laborioso, pero merece la pena.

JUEGOS ACUÁTICOS



El agua es muy importante durante el verano para refrescarnos e hidratarnos. **¿Jugamos con el agua?** Para esta actividad necesitarás globos de colores, cubos o baldes de agua, manguera y, por supuesto, agua.

En el patio, terraza o jardín de tu casa organiza un auténtico juego de agua con los globos de colores.

Si avisas a tus amigos/as, organízalos por equipos o simplemente haz dos equipos mezclando a tu padre, madre, tíos/as, primos/as, hermanos/as... Cada equipo debe llenar los globos con agua y colocarlos en su cubo. Al final habrá un vencedor de acuerdo a la dinámica de juego que hayas creado. ¡A divertirse!



Señala con un lápiz o rotulador qué cosas no pueden faltar para que tengas... ¡un verano genial!

A L I M E N T E S

GADIS

PREPARA TU VERANO

- Bañador
- Gorra
- Patinete
- Flotador
- Tienda de campaña
- Helados
- Toalla
- Peluche
- Gafas de sol
- Crema del sol
- Piscina hinchable
- Gafas de bucear
- Bicicleta
- Meriendas
- Pompas de jabón
- Amigos y amigas
- Primos y primas
- Tu mascota
- Libro
- Churrasco con patatas

**¡QUE PASES
EL MEJOR
VERANO DE
TU VIDA!**

PROGRAMA ALIMENTES | GADIS



**A L I
M E N
T e S**