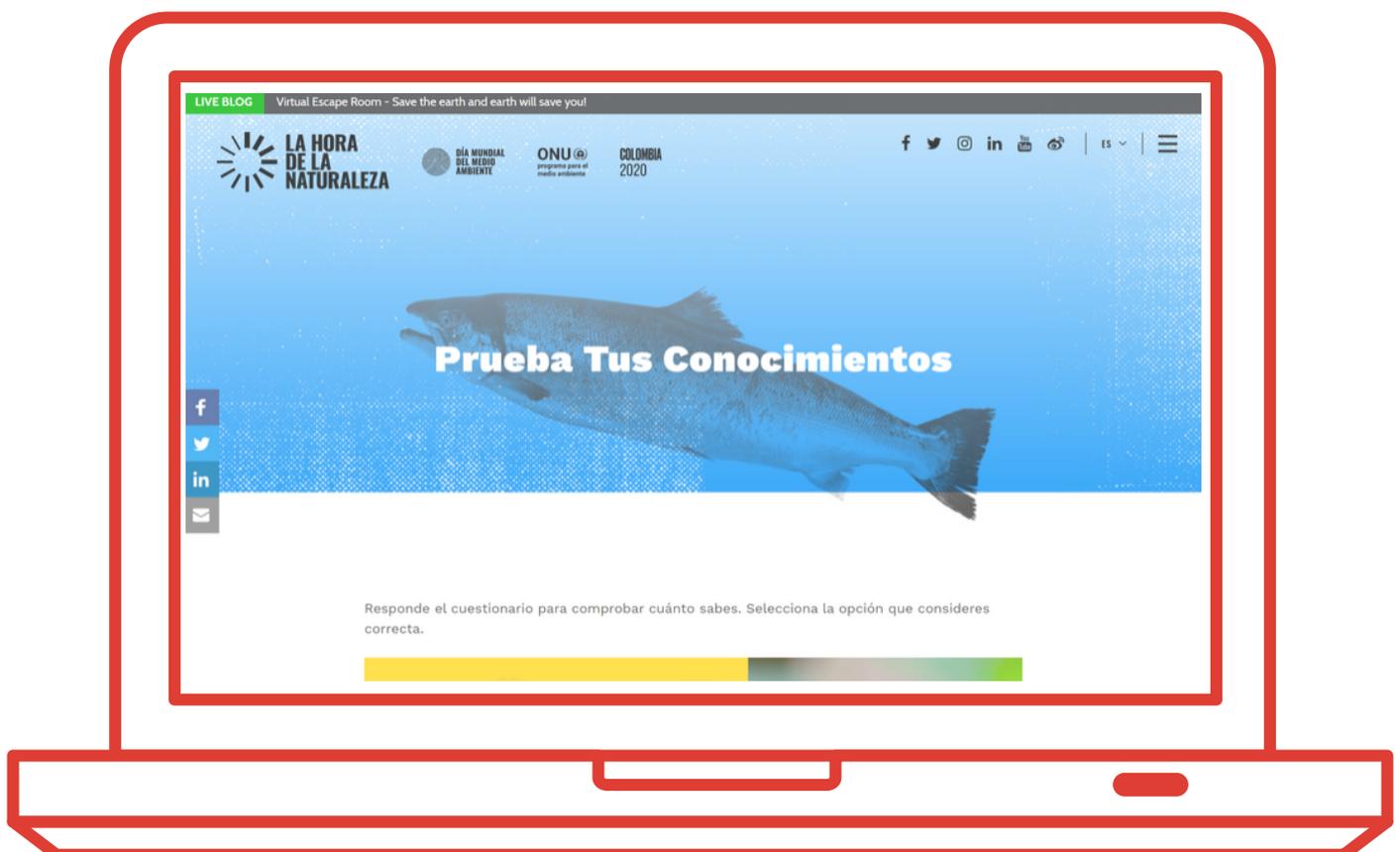


01

Consumo responsable. Día del medio ambiente.

El **5 de junio** se celebró en todo el mundo el Día del Medio Ambiente. Este año está dedicado a la biodiversidad, bajo el lema **LA HORA DE LA NATURALEZA**. La biodiversidad es la variedad de seres vivos que habitan en el planeta Tierra. Muchas de estas especies ven como sus ecosistemas están siendo amenazados por el cambio climático, la acción del hombre... Pero, ¿cuánto sabes tú sobre la biodiversidad del planeta?

¡Averígualo con esta divertida prueba de ONU Medio Ambiente, pinchando sobre la imagen!



5º - 6º primaria

02

Alimentación saludable.

¿Es mi alimentación saludable?

Registra en un cuaderno todo lo que comiste y bebiste ayer. ¡No te olvides de nada, ni de los refrigerios! Puedes hacer un esquema como este.

MI MENÚ DEL DÍA _____	
DESAYUNO	
MEDIA MAÑANA	
COMIDA	
MERIENDA	
CENA	
OTROS	

Revisa la pirámide de alimentación saludable que puedes encontrar aquí.

¿Es mi alimentación saludable? ¿Por qué?

¿Qué alimentos me gustan más? ¿Y cuáles menos?

¿Qué alimentos tengo que añadir en mi dieta?

¿Qué alimentos tengo que eliminar de mi dieta?

03

Vida activa.

Breakdance

El breakdance es uno de los bailes más conocidos de la **cultura hip hop**. Para ser un/a auténtico/a profesional tienes que ensayar y practicar mucho. Entre otras cosas, algunos de los siguientes pasos básicos. ¿Te animas?

Una de las escenas más famosas del breakdance fue en la película Flashdance (1983). ¡No habías nacido! Así que te dejamos [un enlace para ver el clip](#).

Step touch: consiste en abrir y cerrar las piernas lateralmente y algo flexionadas.

Slide: se trata de un deslizamiento. Se abre una pierna y la otra se junta arrastrándose ligeramente.

Cross walk: tenemos que caminar cruzando una pierna por delante. Si a esto le sumas un poco de ritmo (flow), ¡quedará genial!

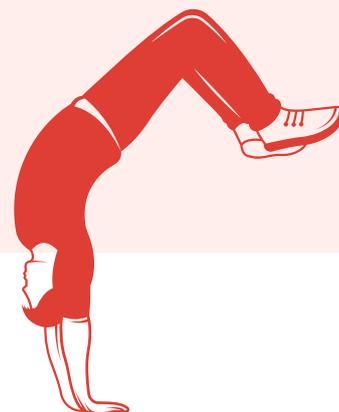
Freeze: o posturas congeladas. Hay que quedarse "congelado" o quieto en una posición la cual se pueden combinar y enlazar con otros pasos o pasar a otro *freeze* en cualquier momento de la entrada si así se quiere.

Fun Walk: antes de dar el paso hacia delante flexionar la rodilla hacia arriba y después hacer lo mismo con la otra pierna.

Robocop: mover la parte superior del tronco como si fueras un robot.

El relevé: hay que mantener todo el peso del cuerpo sobre las puntas del pie. ¡Qué difícil!

Ondas: imitar el movimiento de las olas del mar con los brazos puede ser muy útil para acompañar ritmos lentos.



04

Desperdicio alimentario.

¿Cuánta agua se necesita para producir alimentos?

¿Sabías que según la FAO el 70% del agua consumida en el planeta es destinada a la producción de alimentos? Es lo que se llama **huella hídrica de los alimentos**.

Ordena los siguientes alimentos de forma tal que vayan de menor a mayor cantidad de agua necesaria para su producción.

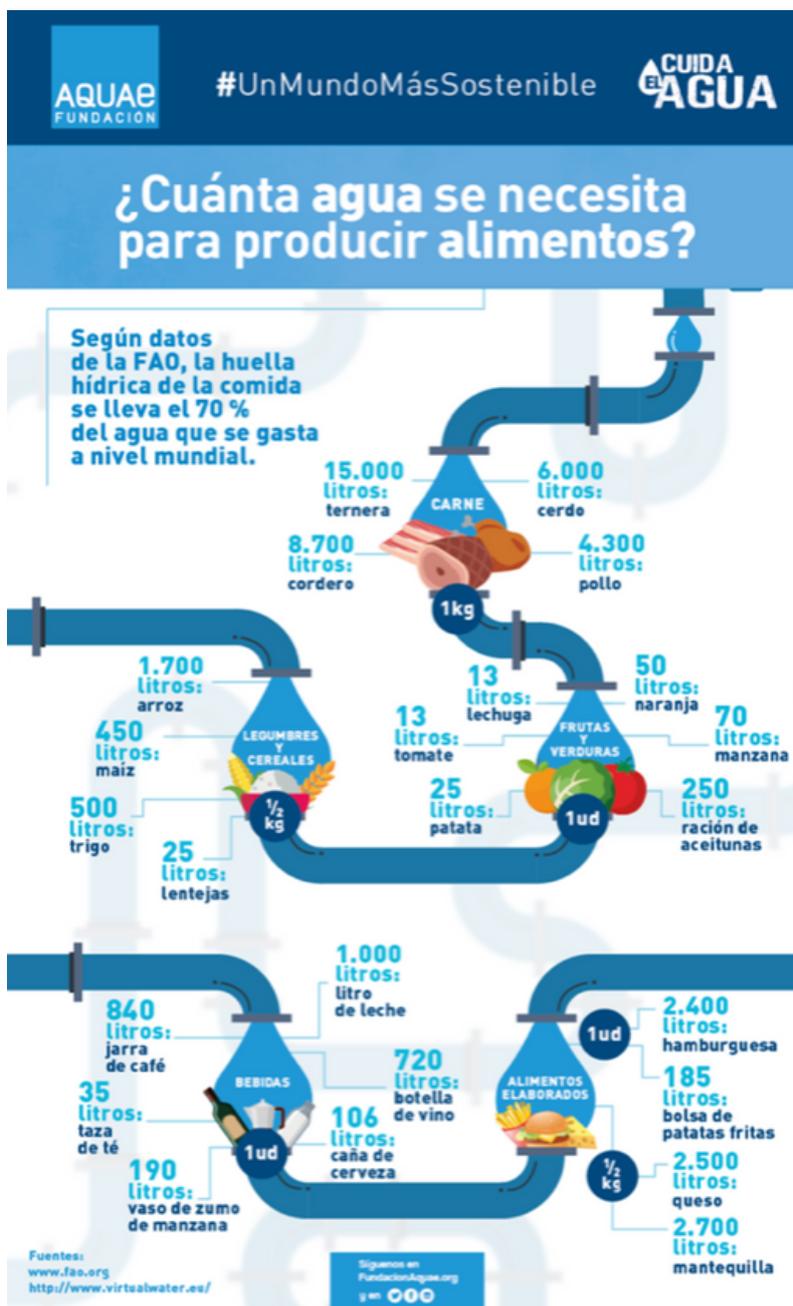
Ternera	Pollo
Lentejas	Litro de leche
Cerdo	Ración de Aceitunas
Maíz	Taza de té
Lechuga	Queso
Patata	Trigo
Tomate	Vaso de zumo de manzana
Cordero	Naranja

04

Desperdicio alimentario.

¿Cuánta agua se necesita para producir alimentos?

SOLUCIÓN: puedes conocer la huella hídrica de los alimentos en esta infografía de la Fundación Aqueae y FAO



5º - 6º primaria