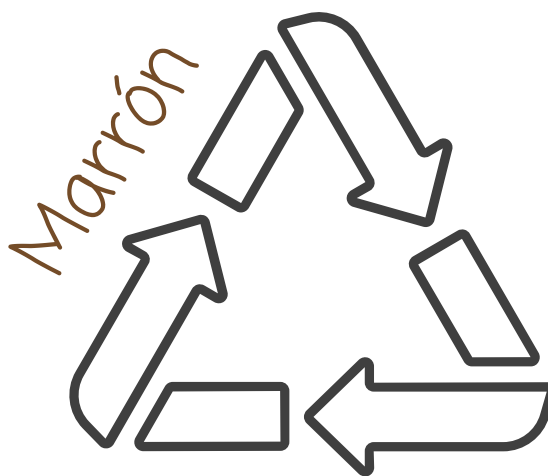
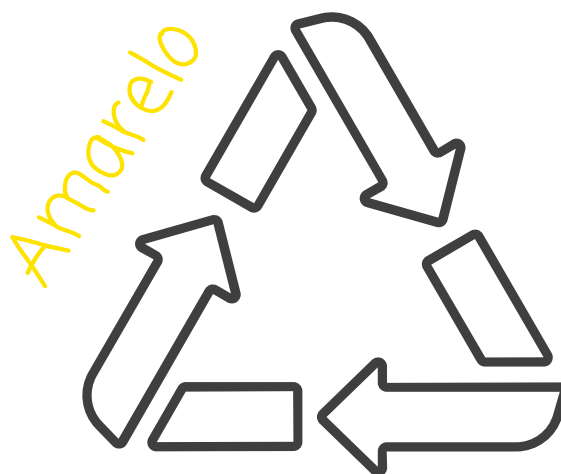
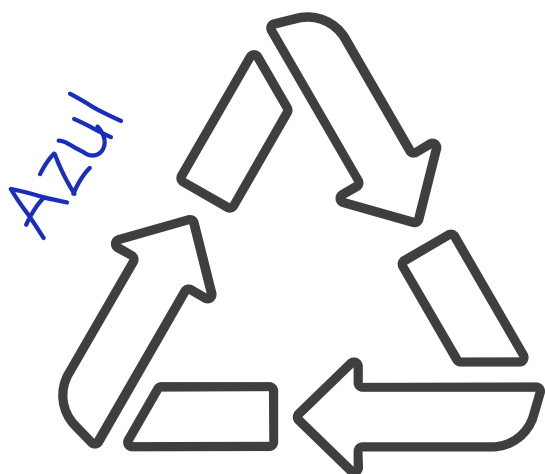


01

Consumo responsable.

Colectores DIY.

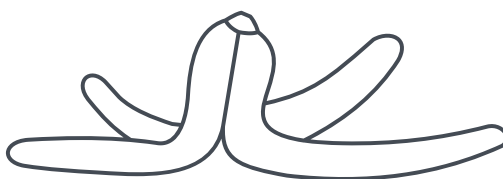
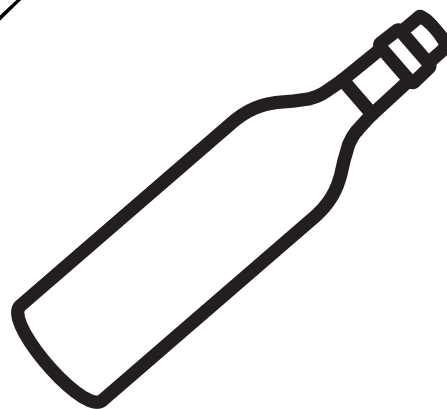
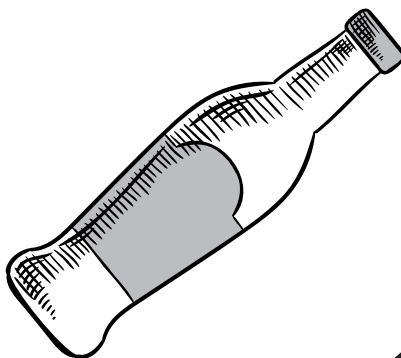
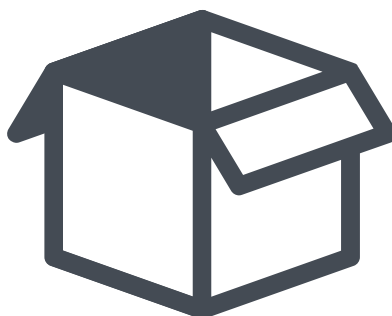
Normalmente nas nosas casas temos un montón de cubos e recipientes para a separación selectiva. E se os personalizamos cun toque especial? Aquí deixámosche unha serie de iconas para que os **imprimas, colorees e pegues nos teus colectores**. Ou se te animas, podes **debuxalos** ti nun folio ou cartolina e repetir o mesmo proceso.



01

Consumo responsable.**Colectores DIY.**


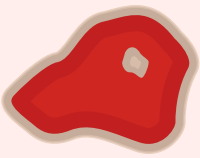
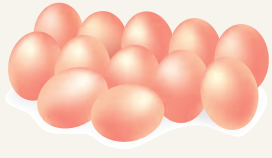



Normalmente nas nosas casas temos un montón de cubos e recipientes para a separación selectiva. E se os personalizamos cun toque especial? Aquí deixámosche unha serie de iconas para que os **imprimas, colorees e pegues nos teus colectores**. Ou se te animas, podes **debuxalos** ti nun folio ou cartolina e repetir o mesmo proceso.

**1º - 2º primaria**

02

Alimentación saudable.
A orixe dos alimentos.


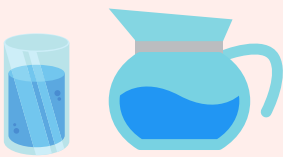

Os alimentos que tomamos todos os días poden ser de orixe **animal**, **vexetal** ou **mineral**. Sabes de onde veñen os alimentos que comes? Marca para cada un dos alimentos a opción correcta.

	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral

02

Alimentación saudable.
A orixe dos alimentos.

Os alimentos que tomamos todos os días poden ser de orixe **animal**, **vexetal** ou **mineral**. Sabes de onde veñen os alimentos que comes? Marca para cada un dos alimentos a opción correcta.

	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral

SOLUCIÓN:

	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	X	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral

	<input type="checkbox"/>	Animal
	X	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral
	<input type="checkbox"/>	Animal
	X	Mineral
	X	Animal
	<input type="checkbox"/>	Vexetal
	<input type="checkbox"/>	Mineral

03

Vida activa.

HITT animais.

A **actividade física de alta intensidade (HITT)** cada vez é practicada por máis persoas. Son exercicios fraccionados, curtos, a intervalos, intensos, moi beneficios para o noso organismo. Teñen como obxectivo mellorar a capacidade pulmonar e aumentar a resistencia muscular. Apetécenos realizar unha serie de HITT de animais? Completa cada movemento dos animais durante 45 segundos, descansando 15 segundos entre cada un deles. Fai como mínimo un par de series completas!

	<p>SALTOS DE RA.</p> <p>Saltar encrequenado, cara diante e cara atrás.</p>		<p>CARREIRA DE GUEPARDO.</p> <p>Corre tan rápido como poidas pola sala. Como o animal máis rápido da sabana.</p>
	<p>PASEO DE OSO.</p> <p>Mans e pés no chan, cadeiras altas, movementos de dereita a esquerda.</p>		<p>GATEO DE CANGREXO.</p> <p>Séntate no chan, apoia as palmas da man detrás da cintura e gatea como un cangrexo.</p>
	<p>SALTOS DE ESTRELA.</p> <p>Saltos en tixeira, abrindo brazos e pernas. Tan rápido como poidas.</p>		<p>MARCHA DE ELEFANTE.</p> <p>Marcha polo espacio, levantando os xeonllos tan alto como poidas e baixándoas moi forte.</p>

04

Desperdicio alimentario. O xogo da neveira.

Un dos mellores trucos para reducir o desperdicio alimentario é **almacenar correctamente os alimentos na despensa e na neveira.**

Pero, sabes como facelo? Pois temos un **xogo moi divertido** onde podes poñer a proba os teus coñecementos sobre **como gardar correctamente os alimentos na neveira.**



Dalle ao play e comproba o que sabes!

1º - 2º primaria