

01

Consumo responsable.

Reto del consumo responsable.

¡Adivina que número está detrás de cada icono!

$$\text{Tomate} + \text{Tomate} + \text{Tomate} = 36$$

$$\text{Banana} + \text{Banana} = (\text{Tomate} + \text{Tomate}) - 10$$

$$2 \times (\text{Manzana} + \text{Banana}) = \text{Tomate}$$

$$3 \text{ Manzanas} + (\text{3 Manzanas} + \text{Banana} + \text{Tomate}) \times \text{Banana} = ?$$

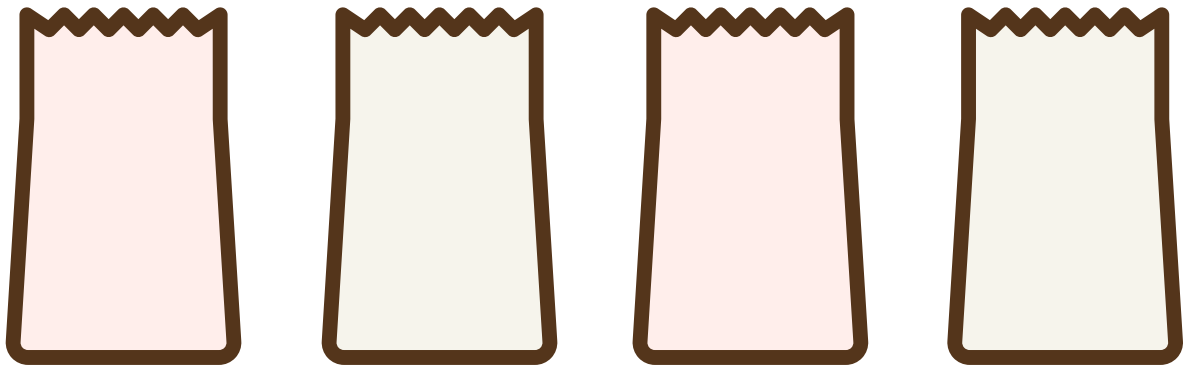
SOLUCIÓN: 68

02

Alimentación saludable.

¿Qué llevo al cole de merienda?

Ana está preparando las bolsas de la merienda para sus hermanos y ella. Tiene muchas opciones en su cocina para llevar. **¿Le ayudas a construir una merienda saludable?** Ten en cuenta que son cuatro hermanos en total.



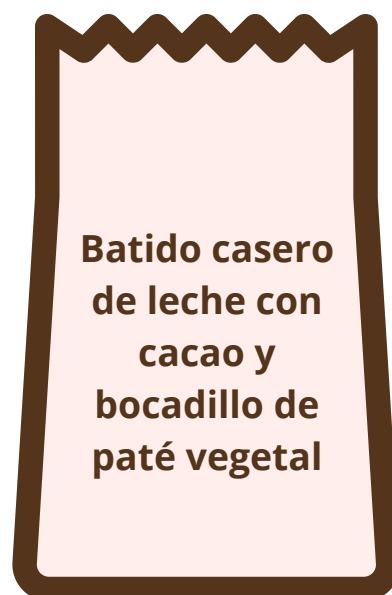
| | |
|--------------------------|----------------------------------|
| Batido casero de plátano | Batido de leche con cacao |
| Brick de leche entera | Agua |
| Bocadillo de queso | Bocadillo de chorizo |
| Bocadillo de nocilla | Sandwich mixto |
| Chocolate | Batido casero de leche con cacao |
| Zumo de naranja de brick | Media luna de mantequilla |
| Galletas | Bocadillo de paté vegetal |
| Bocadillo de tortilla | Croissants |

02

Alimentación saludable.

¿Qué llevo al cole de merienda?

Soluciones: (en todas sus combinaciones posibles)



03

Vida activa. Baile funky!

Vamos a aprender algunos pasos de funky para que puedas **montar una bonita coreografía con música de los 70.**

Cuando la tengas montada puedes ponerte una buena peluca y vestimenta acorde. ¡A bailar!



PASOS BÁSICOS:

1. Lo primero, necesitas relajarte y dejarte llevar al ritmo de la música, ¡con estilo!
2. El primer paso será pisar hacia delante con un pie y lo llevamos atrás. Repetimos con el otro pie y así repetidas veces. El cuerpo nos acompaña y lo llevamos un poco hacia delante.
3. Con los pies en paralelo, mueves uno hacia un lado y el cuerpo lo mueves ondulando hacia los lados hasta tres veces, como un caracol. Es importante que el último movimiento lateral lo marques mucho, es propio de este estilo. Puedes repetir este paso varias veces.
4. En la misma postura anterior: con los pies separados. Levantarás un brazo y empezarás a moverte hacia los lados. ¡Puedes chasquear los dedos también!
5. En el último paso, te girarás de lado y moverás en círculo la cadera, mientras bajas tu brazo.
6. Estos dos últimos pasos puedes repetirlos primero con el brazo derecho arriba y después con el izquierdo.

04

Desperdicio alimentario. ¿Cuánto sabemos de recetas?

Completa los siguientes ejercicios:

1- ¿Qué es una receta?

- a) Texto literario sobre alimentación y salud.
- b) Texto en donde se recogen las instrucciones para la elaboración de un plato.
- c) Texto descriptivo sobre el origen de los alimentos.

2- ¿Qué no debe faltar nunca en una buena receta?

- a) La persona que la inventó.
- b) El listado de ingredientes.
- c) Otras alternativas de preparación.

3- ¿Qué receta saludable puedes preparar para que no se estropee la fruta?

- a) Una tarta con mucha nata.
- b) Lo mejor es esperar a que la fruta se pase y se tire.
- c) Una mermelada de frutas saludable.

SOLUCIONES: 1. b, 2. b, 3. c