APUNTS DE LLENGUA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS

Qui tindrà més energia en el pati?



Petanqueta ens ajuda a llegir amb pictogrames

CONTE INTERACTIU PER AL PROFESSORAT

1 TOT COMENÇA EN EL PATI

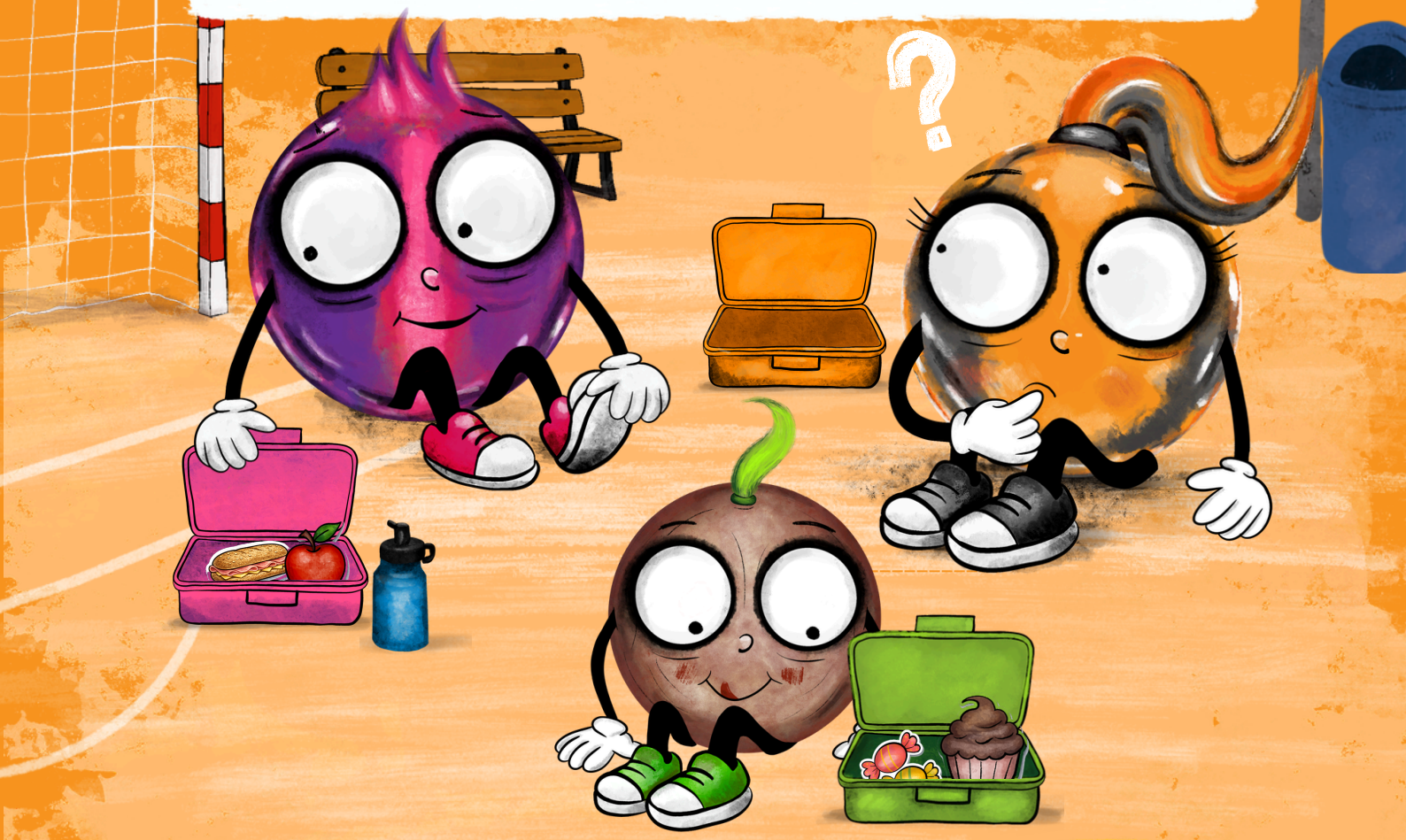
Ha sonat el **timbre**.

És l'hora del **pati**.

Petanqueta, **Bolig** i **Gua** seuen junts a esmorzar.

—Bon profit! —diu **Petanqueta**.

Els tres amics obrin els tàpers.



Petanqueta ens ajuda a llegir





TIMBRE


PATI


ESMORZAR


AMICS


TÀPER

Petanqueta porta un **entrepà** i una **poma**.

Bolig porta un **pastís** i unes **llepolies**.

Gua mira la seua carmanyola.

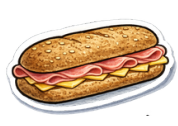
—Jo no sabia què preparar... —diu **Gua**.

Quan acaben d'esmorzar, se'n van corrent a **jugar**.



Petanqueta ens ajuda a llegir





ENTREPÀ



POMA



PASTÍS



LLEPOLIES



JUGAR

Al cap d'un temps...

—Uf! Estic molt **cansat**! —diu **Bolig**.

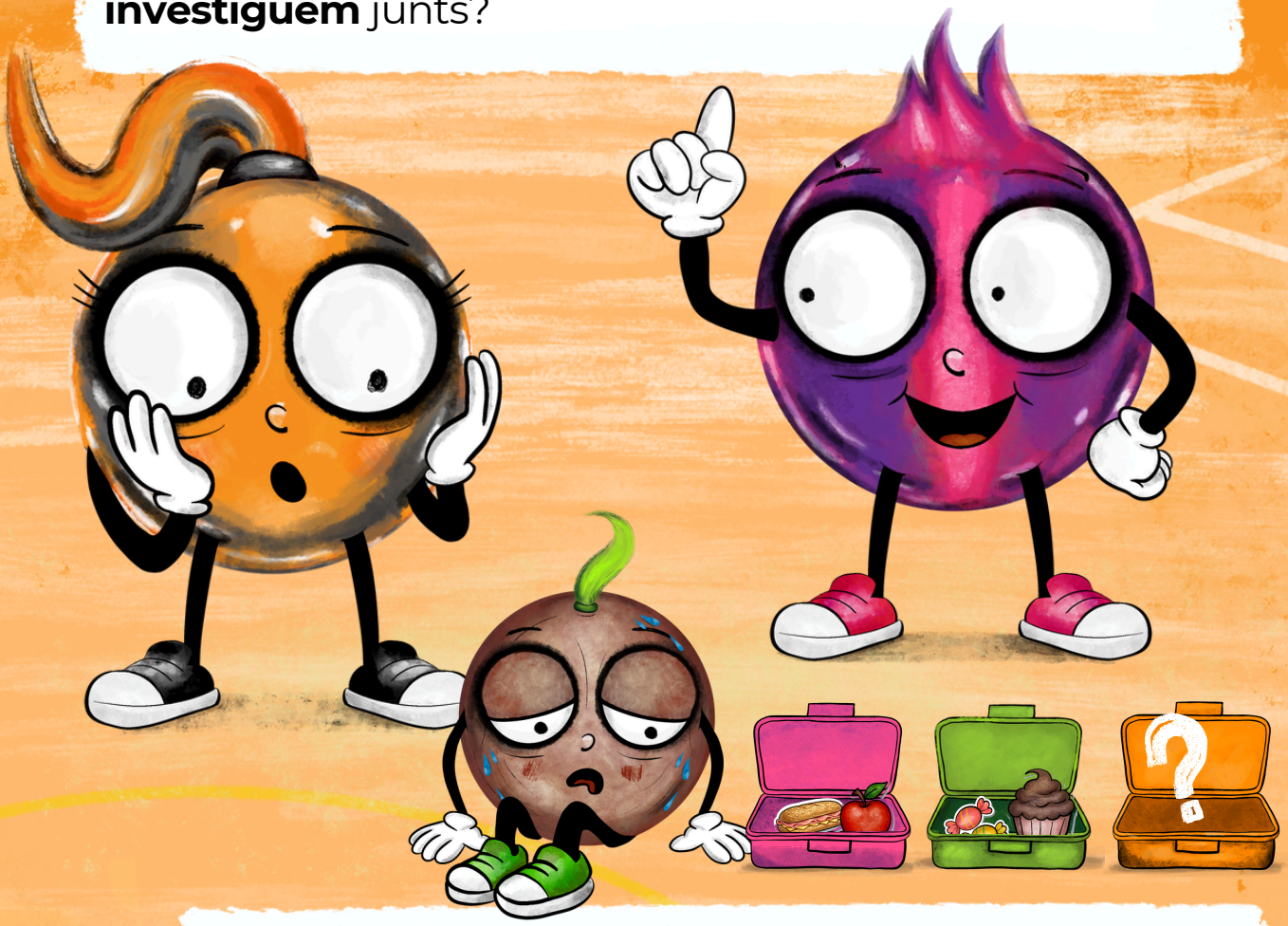
Gua mira **Bolig**.

—Què t'ha passat? Has begut **aigua**? No tens **energia**? —pregunta **Gua**.

—Mmm... No ho sé... —respon **Bolig**.

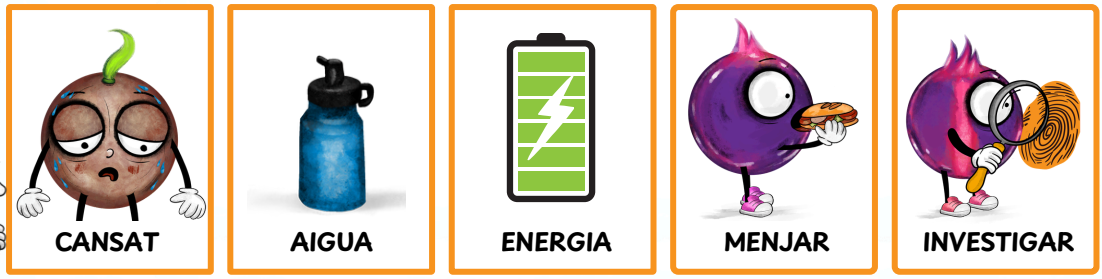
Petanqueta observa les tres carmanyoles i diu:

—Potser té a vore amb el **menjar** que has esmorzat. Ho **investiguem** junts?



Petanqueta ens ajuda a llegir





2 ABANS DE COMENÇAR LES ACTIVITATS

Petanqueta diu:

—Mireu bé **Bolig** i **Gua**. Qui dels tres penseu que té més **energia**? Feu la vostra tria! Ara **ajudarem** els nostres amics a descobrir quins **aliments** podem **menjar** cada dia i quins, de tant en tant. Després prepararem un horari d'esmorzars saludables per a tota la **setmana**.

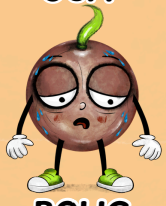
Comencem!

Qui penseu que podrà jugar més temps?

MOLTA ENERGIA	POCA ENERGIA	HA D'APRENDRE
Està fort i concentrat.	Només ha menjat un dolç.	No sap triar aliments.
_____	_____	_____

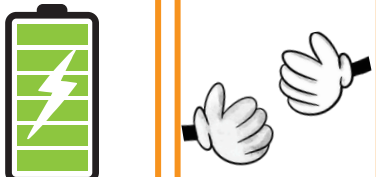

PETANQUETA


GUA


BOLIG

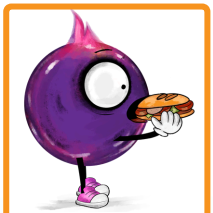
Petanqueta ens ajuda a llegir

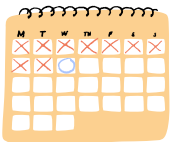



ENERGIA

AJUDAR


ALIMENTS


MENJAR


SETMANA

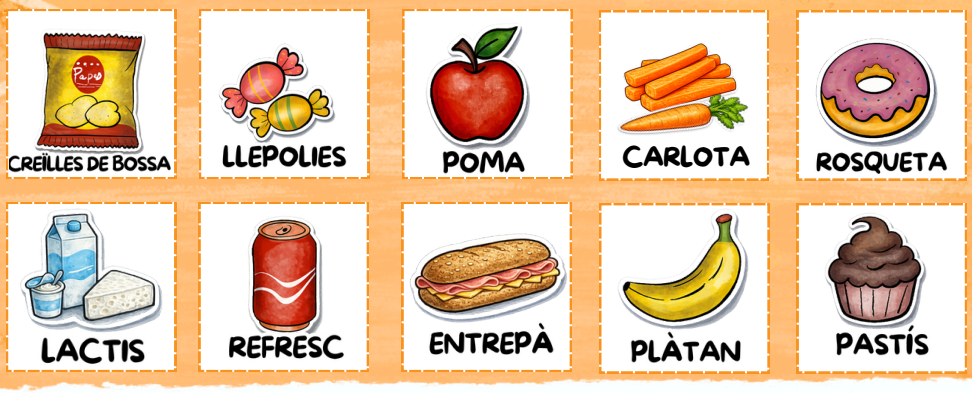
3 TEMPS D'APRENDRE

Activitat 1 Ajudeu Bolig a preparar la carmanyola!

Classifiqueu els aliments. Podeu escriure'n el nom o retallar-los i apegar-los a la carmanyola corresponent. (Aneu a la part d'annexos i retalleu i apegueu els aliments.)







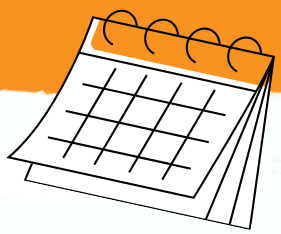
ARA PENSEU EN EL QUE PORTE VOSALTRES PER A ESMORZAR. DIBUIXEU TRES ALIMENTS QUE POSARÍEU EN LA CARMANYOLA.





NOM:..... COGNOMS:.....

CURS:.....GRUP:.....DATA:..... **FANTÀSTIC! JA SABEU CLASSIFICAR ALIMENTS!**



Bolig somriu.

—Ara ja sé quins aliments podem menjar més sovint.

Gua pregunta:

—I ara... com preparem els esmorzars de la setmana?

Petanqueta diu:

—Preparem junts l'horari d'esmorzars! Seguim!



Activitat 2 Preparem els esmorzars de la setmana

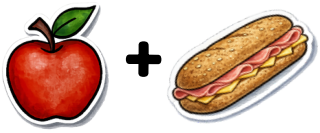
Prepareu l'esmorzar que portareu de dilluns a divendres. Retalleu les targetes o escriviu els aliments.

Petanqueta diu:

—Per a preparar bons esmorzars, hem de seguir tres regles d'or.

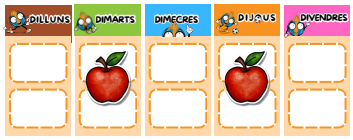
LES 3 REGLES D'OR

1 PODEU POSAR DOS ALIMENTS CADA DIA



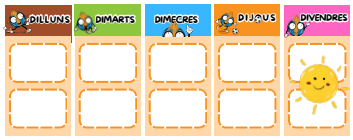
Poseu dos aliments cada dia.

2 MENGEU FRUITA ALMENYS DOS DIES



Marqueu dos dies amb fruita.

3 TRIEU UN ESMORZAR ESPECIAL UN DIA



Trieu un dia especial.







Retalleu este horari i enganxeu-lo a la vostra agenda.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES


LACTIS


ENTREPÀ


FRUITA


ESMORZAR ESPECIAL


CARLOTA



NOM:..... COGNOMS:.....

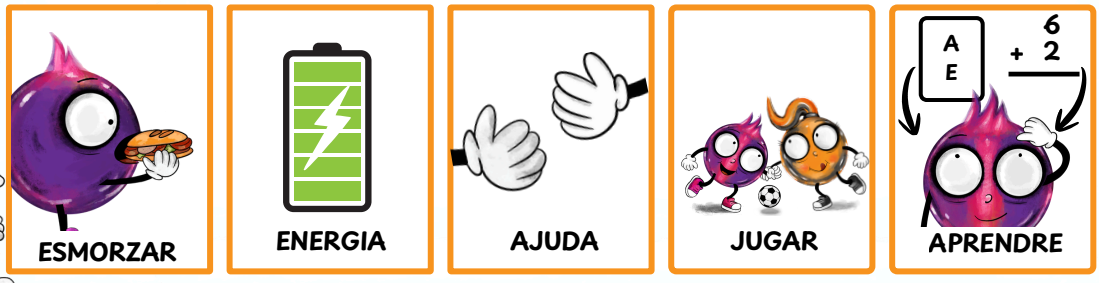
CURS:.....GRUP:.....DATA:..... **FANTÀSTIC! JA TENIU EL VOSTRE HORARI!**

L'endemà, tots tres portaren un **esmorzar** més variat.
Corren, boten i juguen sense parar.
Bolig continua jugant sense cansar-se.
—Ara sí que tinc **energia**! —diu **Bolig**.
Petanqueta diu:
—Ara ja sabem que un bon esmorzar ens **ajuda** a tindre energia per a **jugar**, **aprendre** i sentir-nos bé.



Petanqueta ens ajuda a llegir





4 L'APUNT DE HUI

El que hem aprés hui...



ALIMENTAR EL COS

Els aliments saludables ens ajuden a créixer forts i sans.



TINDRE ENERGIA

Un bon esmorzar ens ajuda a jugar i aprendre.



BEURE AIGUA

Beure aigua ajuda el cos a funcionar millor.



COMBINAR DIFERENTS ALIMENTS

Combina fruita, entrepans, làctics i altres aliments saludables.

Recorda: Un bon esmorzar ens ajuda a començar el dia amb energia.



5 PARLEM A CLASSE

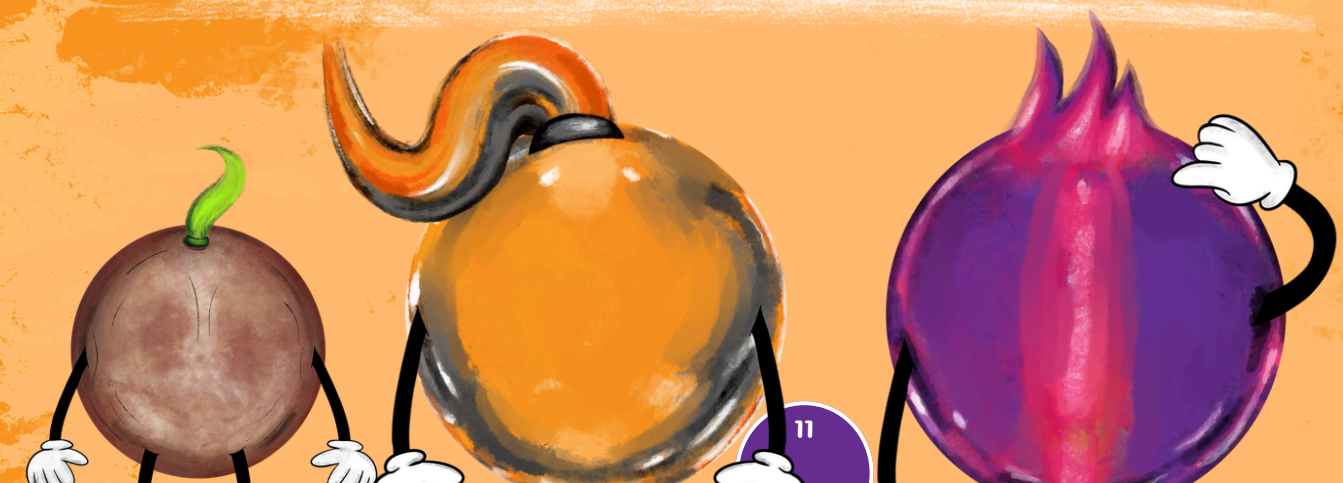
COMPARTIM LES NOSTRES IDEES

1. Què heu esmorzat hui?
2. Quin aliment saludable vos agrada més?
3. Per què ens dona energia un bon esmorzar?



La mestra **Bulera** diu:

—Compareu els vostres horaris amb els dels companys i companyes. Si voleu, podeu canviar alguna idea. Recordeu les tres regles d'or! Ara ja esteu preparats per a preparar bons esmorzars!



6 RACÓ DOCENT



1. PRESENTACIÓ

«L'energia dels esmorzars» és un conte interactiu en format H5P integrat en Apunts de Llengua. Mitjançant una història protagonitzada per Petanqueta, Bolig i Gua, l'alumnat descobrirà la relació entre l'alimentació i l'energia, ampliarà el vocabulari dels esmorzars saludables i planificarà un horari setmanal.

2. CONSELLS PER A UTILITZAR ESTA PÍNDOLA

La seqüència està pensada per a realitzar-se en una sessió d'entre 45 i 60 minuts, encara que es pot dividir en dos sessions.

Converseu amb l'alumnat

Algunes preguntes poden ser:

- Què heu esmorzat hui?
- Tots portem el mateix?
- Per què penseu que és important esmorzar?

Eviteu valorar les respostes com a correctes o incorrectes.

L'objectiu és activar els coneixements previs. Si és possible, mostreu aliments reals, fotografies o targetes.

En cada pantalla:

- Llegiu primer els pictogrames de "**Petanqueta ens ajuda a llegir**".
- Després llegiu el text.
- Feu una pregunta breu abans de continuar.
- Prioritzeu la conversa abans que la lectura ràpida.

En les activitats

Activitat 1

- Classifiqueu els aliments.
- Demaneu sempre que expliquen per què han triat cada carmanyola.

Activitat 2

- Recordeu les tres regles d'or.
- Cada alumne prepara el seu horari d'esmorzars.

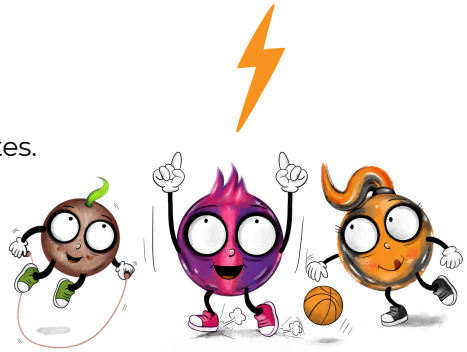
Després, cada alumne prepara el seu horari setmanal.

A classe

Compartiu els horaris i parleu sobre les diferents propostes.

Pregunteu, per exemple:

- Quin esmorzar prepararíeu demà?



3.REFERENTS CURRICULARS

Competències específiques
Valencià: Llengua i Literatura

- Comprensió oral i lectora
- Interacció oral
- Ampliació del vocabulari

Coneixement del Medi Natural, Social i Cultural

- Hàbits de vida saludables
- Alimentació saludable
- Benestar personal

Sabers bàsics
Valencià

- Comprensió i expressió oral
- Lectura
- Vocabulari de l'alimentació

Coneixement del Medi

- Alimentació saludable
- Hàbits saludables
- Cura del cos

Criteris d'avaluació
L'alumnat és capaç de:

- Diferenciar aliments de consum habitual i ocasional
- Utilitzar el vocabulari treballat
- Participar en converses i justificar les seues respostes
- Planificar esmorzars saludables

Disseny Universal per a l'Aprenentatge (DUA)
La proposta incorpora:

- Suports visuals (pictogrames i il·lustracions)
- Activitats orals, manipulatives i digitals
- Diferents formes de participació
- Treball cooperatiu

Suport a la CAA
La secció **"Petanqueta ens ajuda a llegir"** anticipa el vocabulari de cada pantalla amb pictogrames, i facilita la comprensió, la lectura compartida i la participació de tot l'alumnat.

Atenció a la diversitat
La proposta permet:

- Adaptar les preguntes
- Ajustar el temps de resposta
- Utilitzar els pictogrames com a suport
- Treballar individualment, en parelles o en grup xicotet

Connexió amb les famílies
Es recomana preparar a casa un horari setmanal d'esmorzars saludables i conversar sobre la importància d'una alimentació variada.

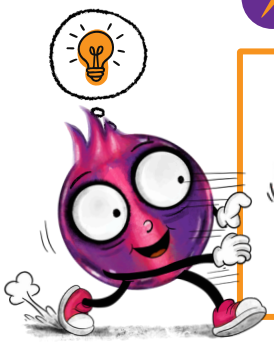


7 ANNEXOS

1. Pictogrames de "Petanqueta ens ajuda a llegir".

Petanqueta ens ajuda a llegir

L'ENERGIA DELS ESMORZARS





TIMBRE



PATI



ESMORZAR



TÀPER



AMICS

Petanqueta ens ajuda a llegir

L'ENERGIA DELS ESMORZARS





ENTREPÀ



POMA



PASTÍS



LLEPOLIES

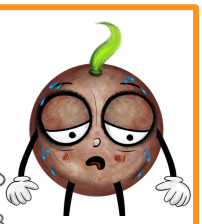


JUGAR

Petanqueta ens ajuda a llegir

L'ENERGIA DELS ESMORZARS





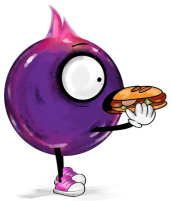
CANSAT



AIGUA



ENERGIA



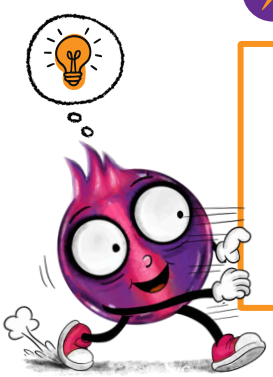
MENJAR



INVESTIGAR

Petanqueta ens ajuda a llegir

L'ENERGIA DELS ESMORZARS





ENERGIA



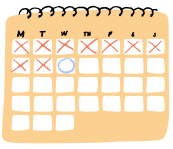
AJUDAR



ALIMENTS



MENJAR



SETMANA

Petanqueta ens ajuda a llegir

L'ENERGIA DELS ESMORZARS

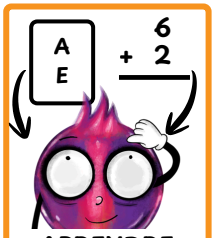


ESMORZAR


ENERGIA


AJUDA

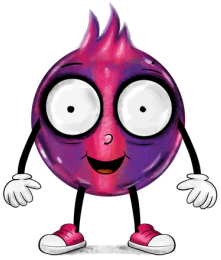

JUGAR



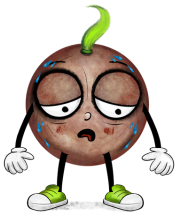
APRENDRE

Pàgina 9

Activitat inicial: Qui penseu que podria jugar més estona? (Pàgina 5)


PETANQUETA


GUA


BOLIG

Activitat 1. Ajudeu Bolig a preparar el tàper! (Pàgina 6)


CREÏLLES DE BOSSA


LLEPOLIES


POMA


CARLOTA


ROSQUETA


LACTIS


REFRESC


ENTREPÀ


PLÀTAN


PASTÍS

Activitat 1. Ajudeu Bolig a preparar el tàper! (Pàgina 6)


LACTIS


ENTREPÀ


FRUITA


ESMORZAR ESPECIAL


CARLOTA

Pictogrames de l'energia dels esmorzars

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



CREÏLLES DE BOSSA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



LLEPOLIES

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



POMA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



ROSQUETA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



PLÀTAN

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



CARLOTA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



REFRESC

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



LACTIS

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



ENTREPÀ

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



PASTÍS

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



TÀPER

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



AIGUA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



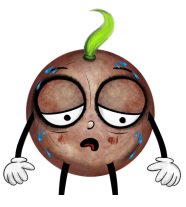
ALIMENTS

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



ESMORZAR ESPECIAL

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



CANSAT

L'ENERGIA DELS ESMORZARS



ENERGIA

CONTE ACABAT, ICONA DESBLOQUEJADA!
ENCARA QUEDA MOLT PER DESCOBRIR... SEGUIM?



APUNTS DE LLENGUA

L'ENERGIA DELS ESMORZARS

