

Care sunt alimentele sănătoase?

Activitate creată de Anca Corcheș

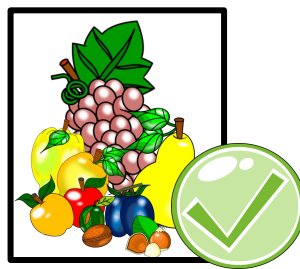
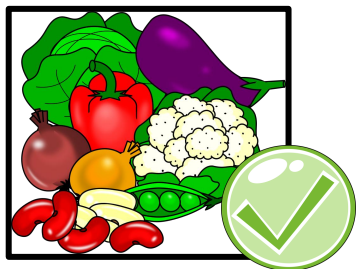


Acesta este un material care se adresează elevilor cu CES și este recomandat a fi folosit în cadrul activităților care vizează Educația pentru sănătate sau Cunoașterea și igiena corpului. Materialul prezintă, în manieră simplificată și accesibilă, variante de alimente care sunt sănătoase/nesănătoase pentru organismul uman. În cadrul materialului se găsesc pagini/slide-uri care vă dau posibilitatea verificării cunoștințelor elevilor. Pentru a crește interactivitatea și nivelul de implicare în sarcină vă recomandăm să folosiți fie anumite semne/gesturi pentru a marca diferențele DA/NU (ex: să bată din palme dacă alimentul prezentat este unul sănătos și să imite gestul de aruncare a unui obiect dacă alimentul este nesănătos). Pentru un plus de distracție puteți să vă folosiți de următoarele versuri pe care să le puneți pe o melodie cunoscută elevilor:

- *Eu sunt sănătos/Te fac mare și frumos* – pentru fructe și legume (am folosit melodia "I Love Rock`n Roll")

- *Știu că sunt foarte gustos/Dar sunt, clar, nesănătos* – pentru alimentele nesănătoase (am folosit melodia de la "Înfloresc grădinile").

Asocierea cunoștințelor cu gesturi/melodii ajută la o mai bună fixare a conținuturilor învățării.

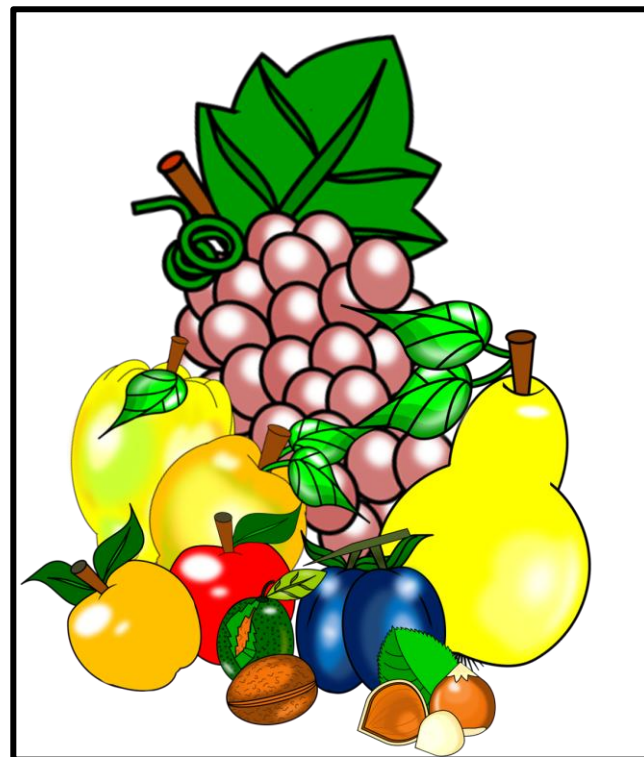


Ce sunt alimentele sănătoase?

„Alimentele sănătoase sunt prietenii corpului nostru – ne dau energie, ne ajută să creștem și ne țin sănătoși!”

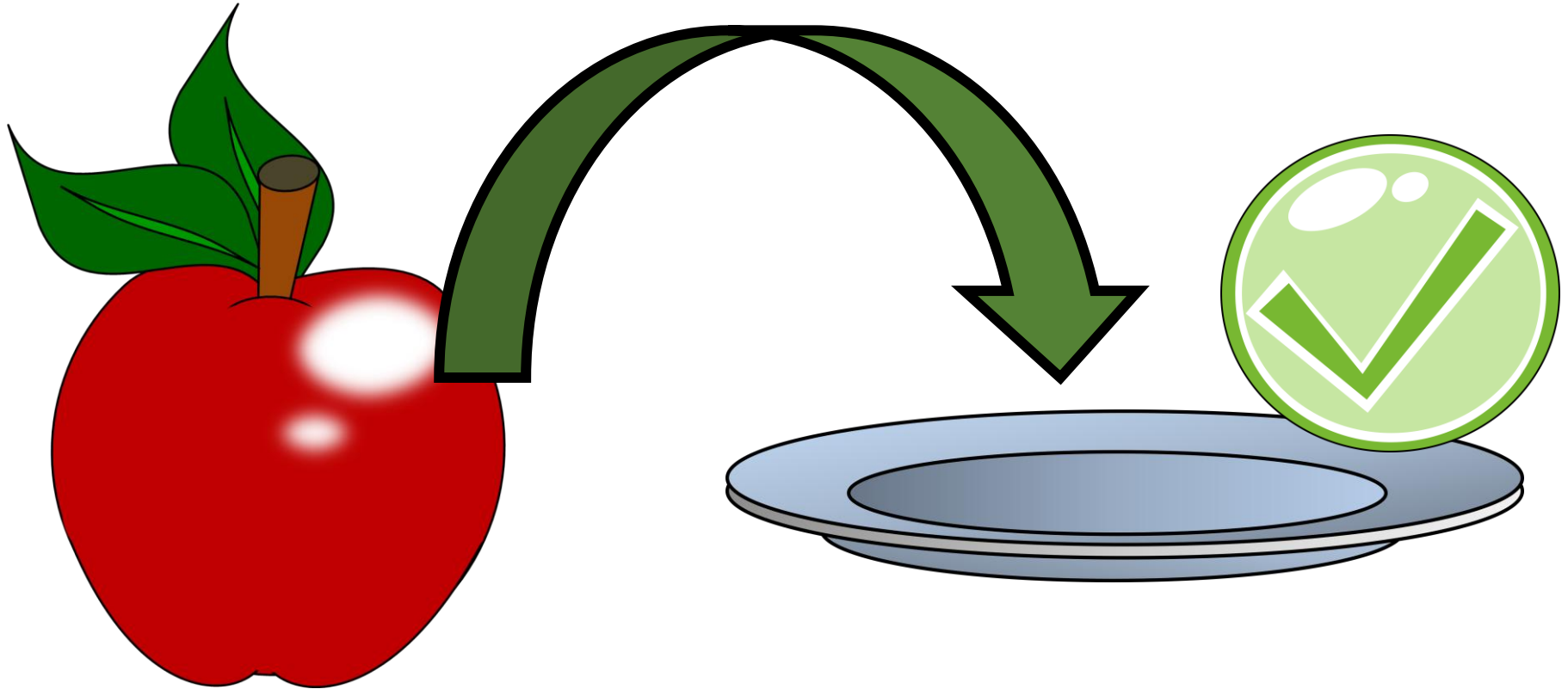


LEGUME

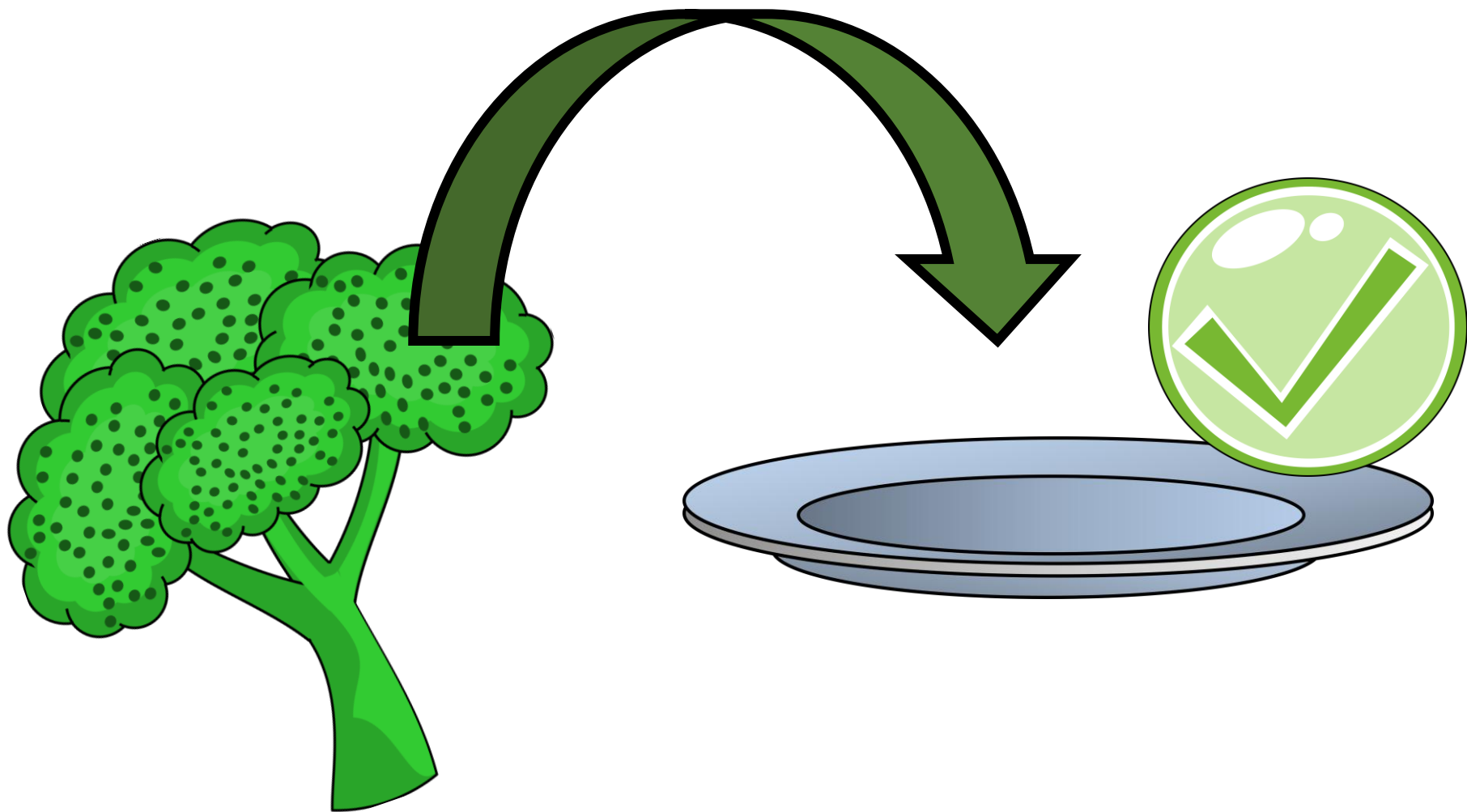


FRUCTE

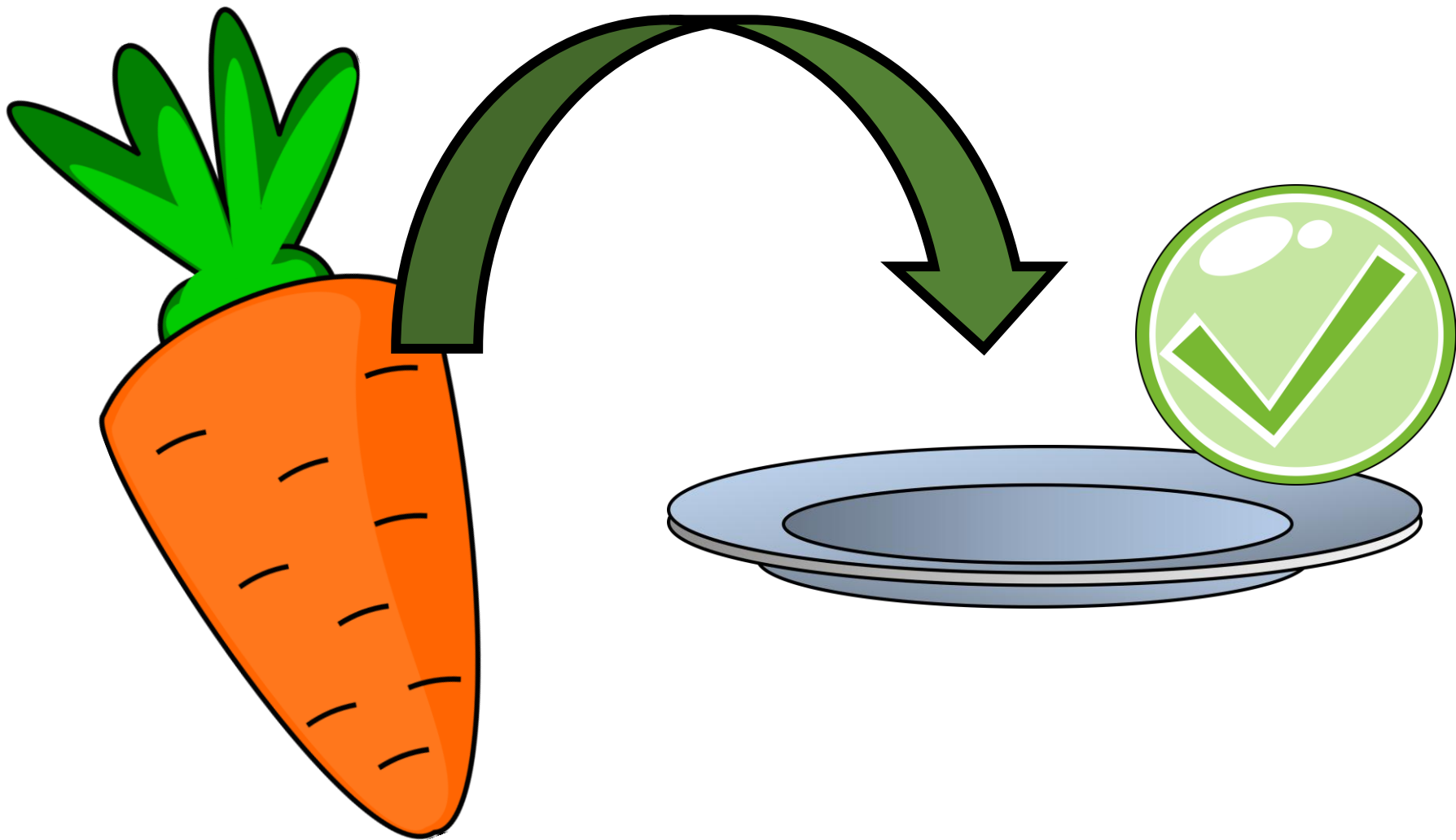
Acesta este un măr și este un fruct. Îl voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



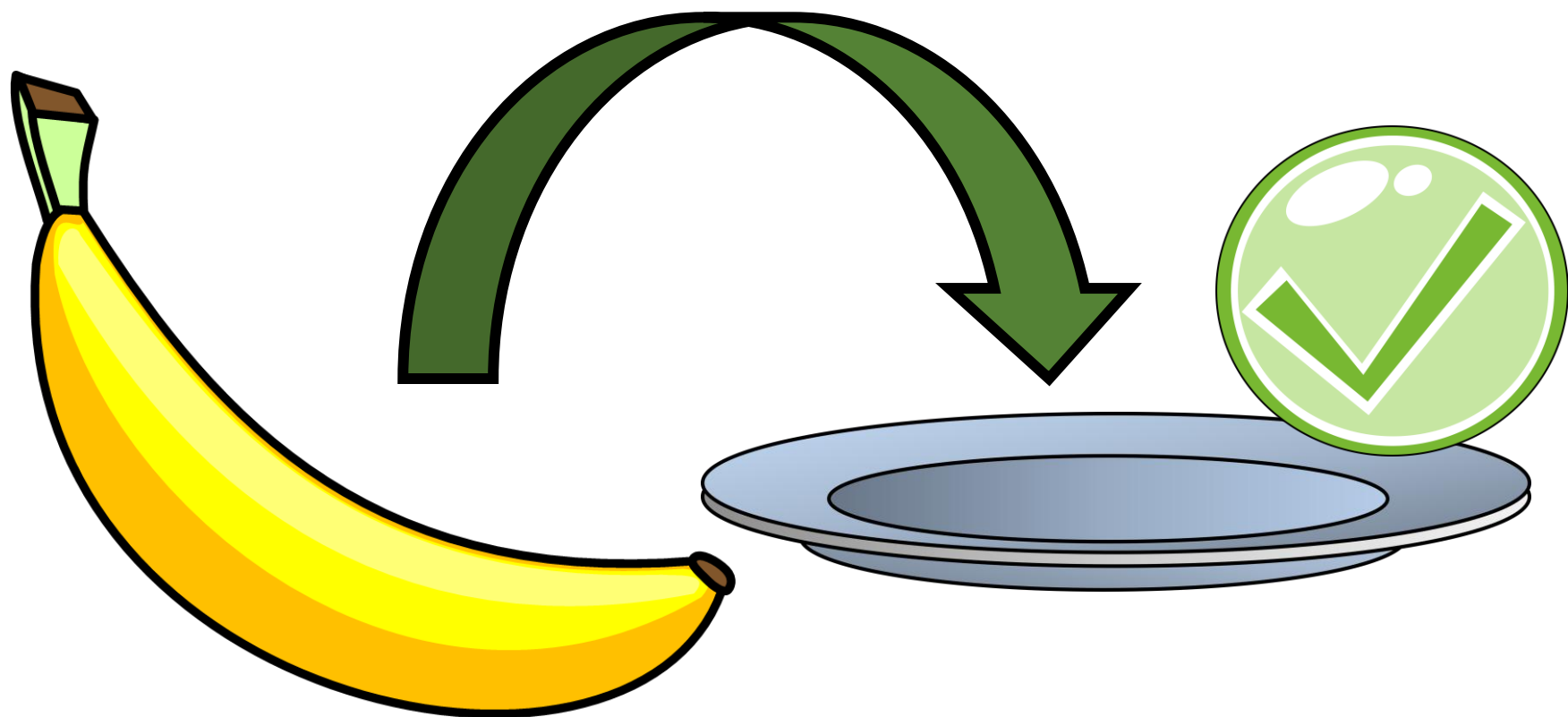
Aceasta este o bucată de brocoli și este o legumă. O voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



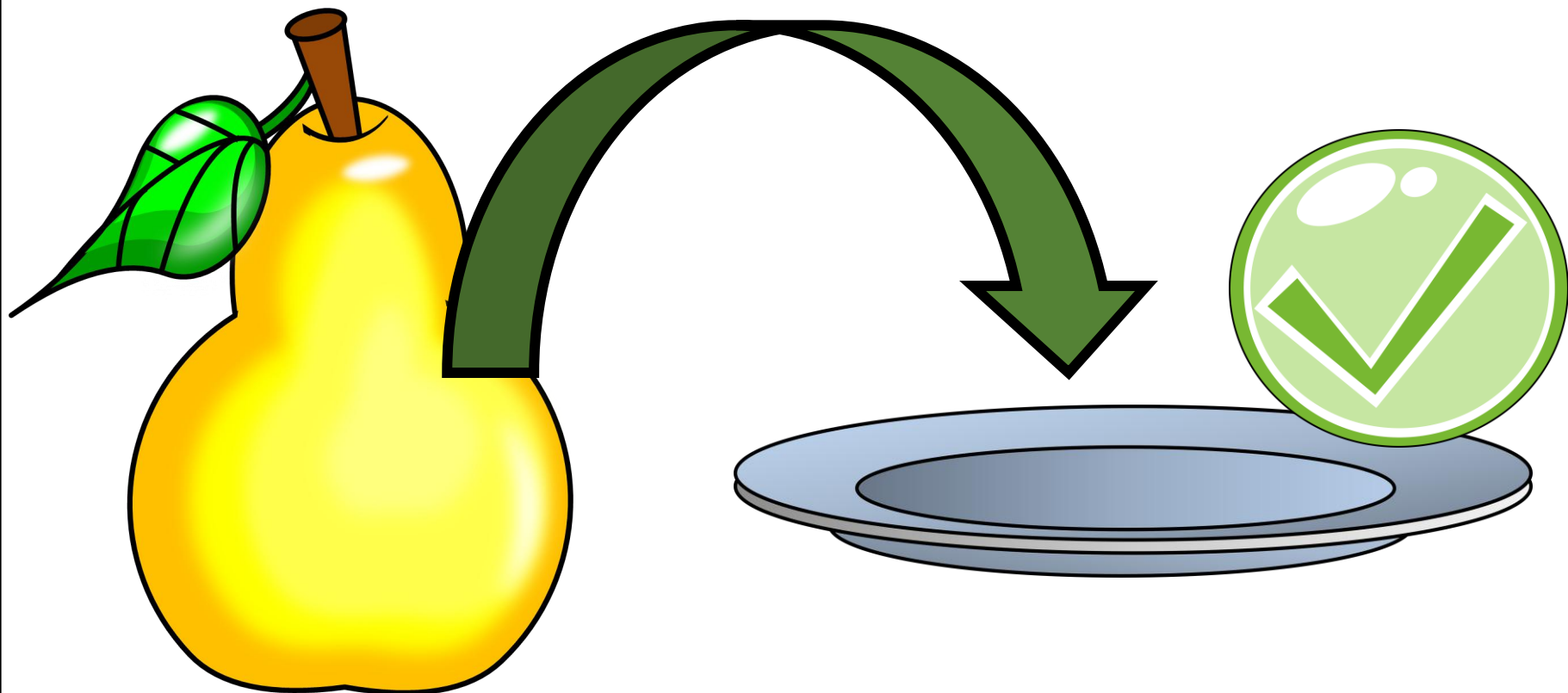
Acesta este un morcov și este o legumă. Îl voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



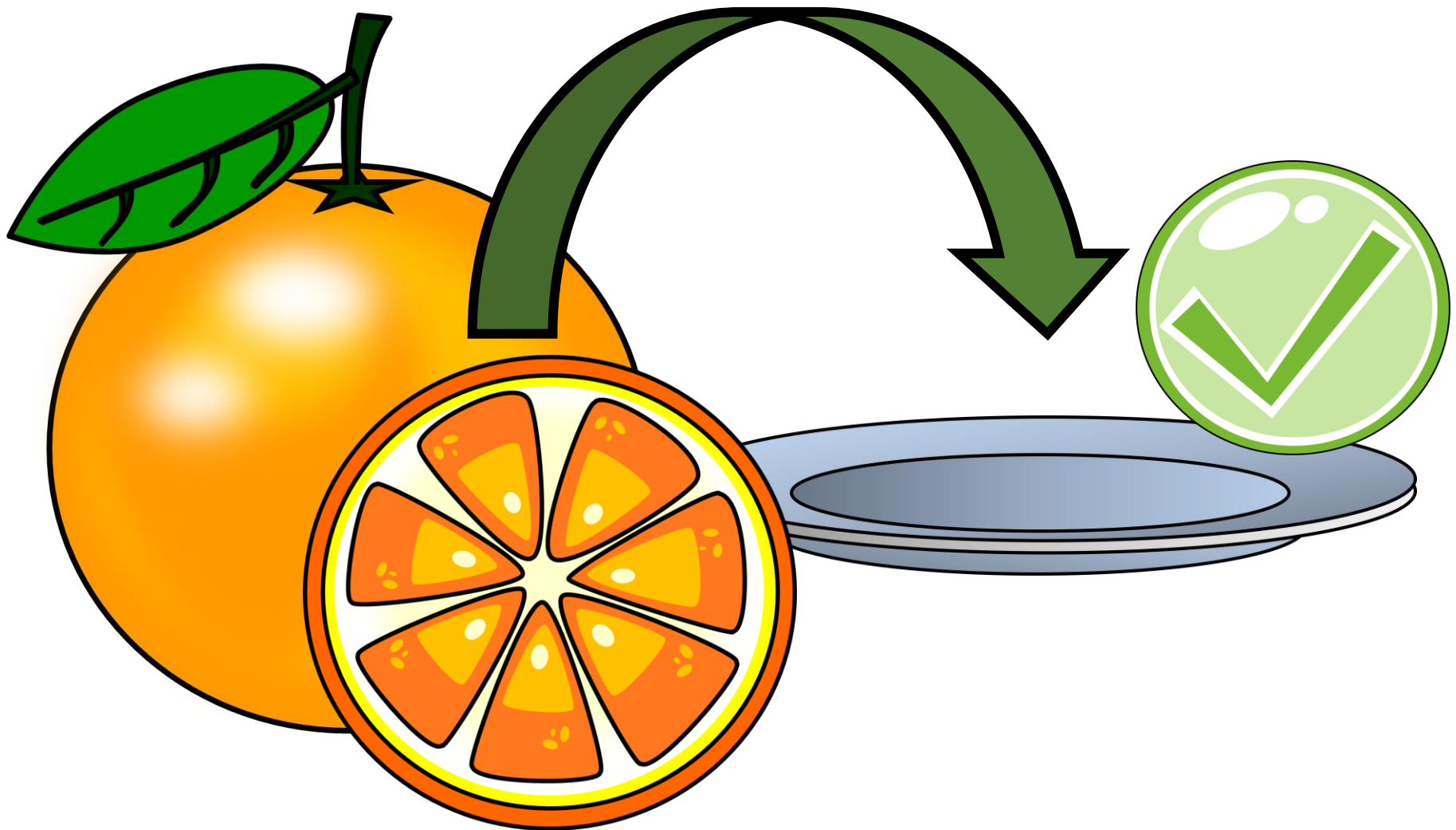
Aceasta este o banană și este un fruct. O voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



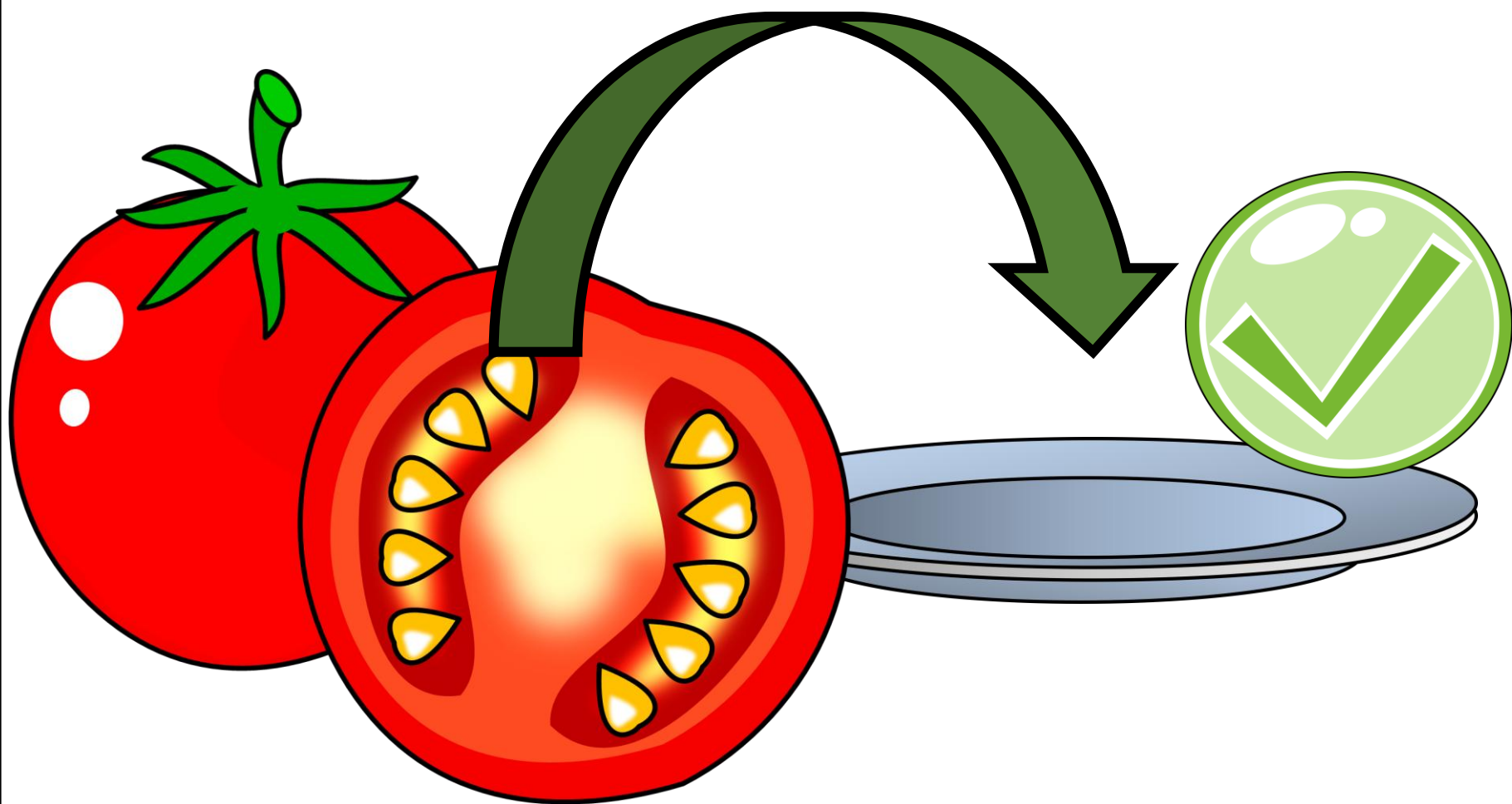
Aceasta este o pară și este un fruct. O voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



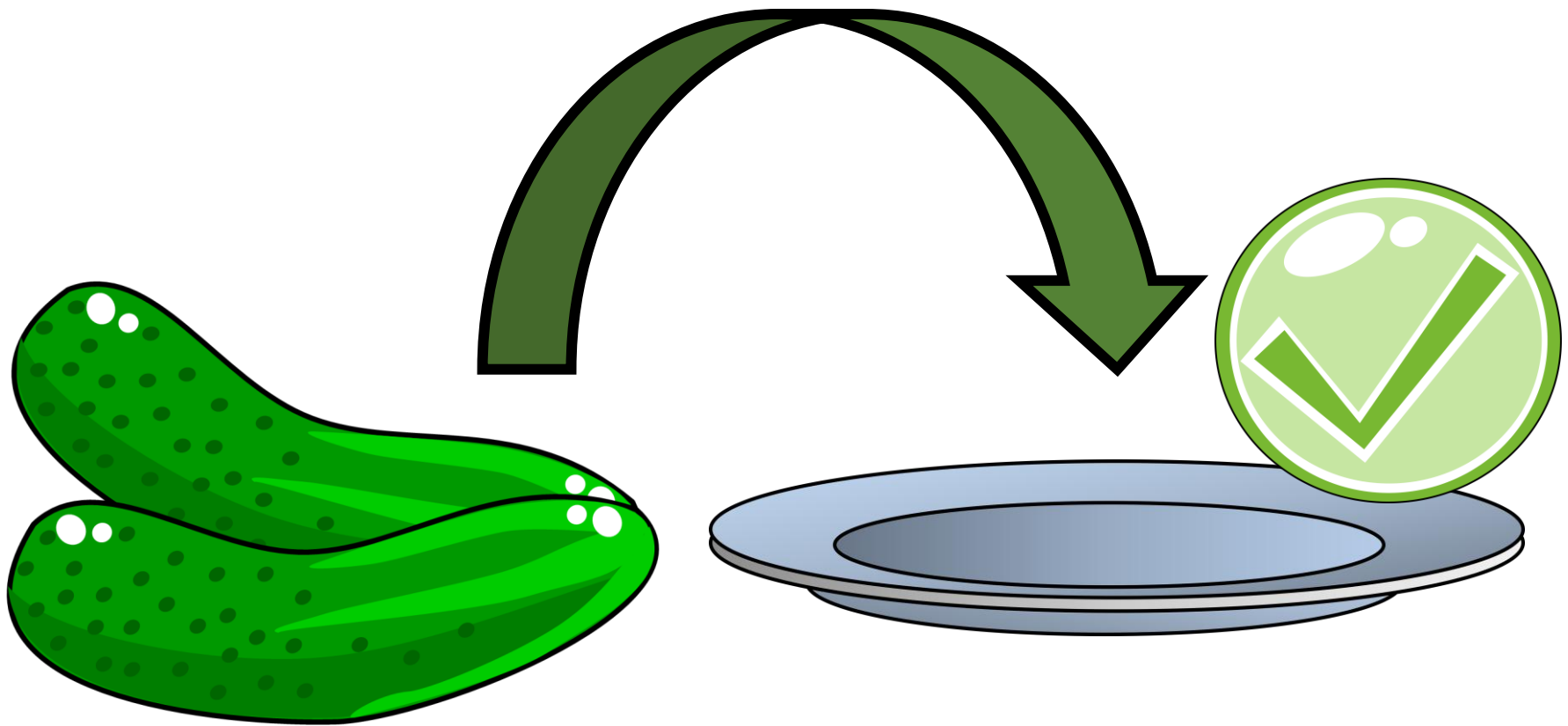
Aceasta este o portocală și este un fruct. O voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.



Aceasta este o roșie și este o legumă. O voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.

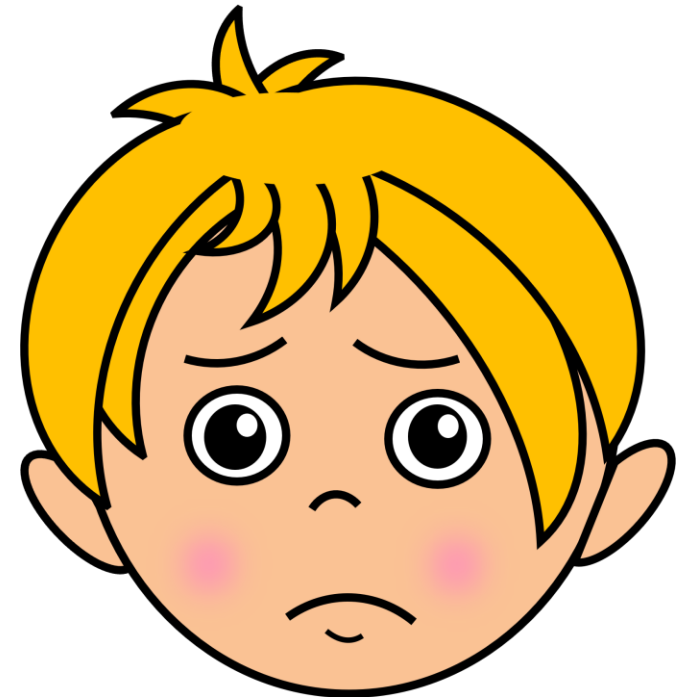


Acesta este un castravete și este o legumă. Îl voi pune în farfuria cu mâncare sănătoasă.

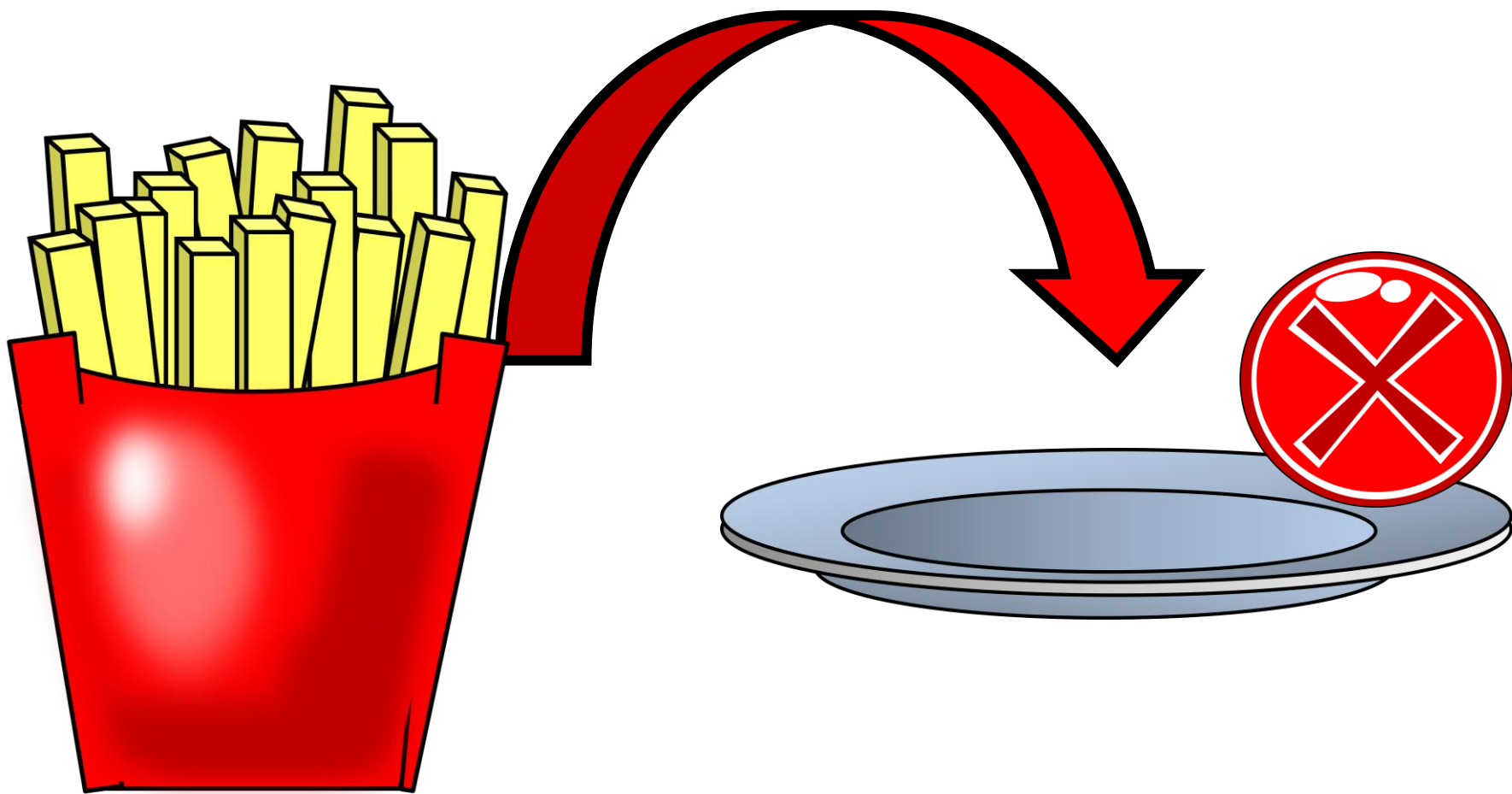


Ce sunt alimentele nesănătoase?

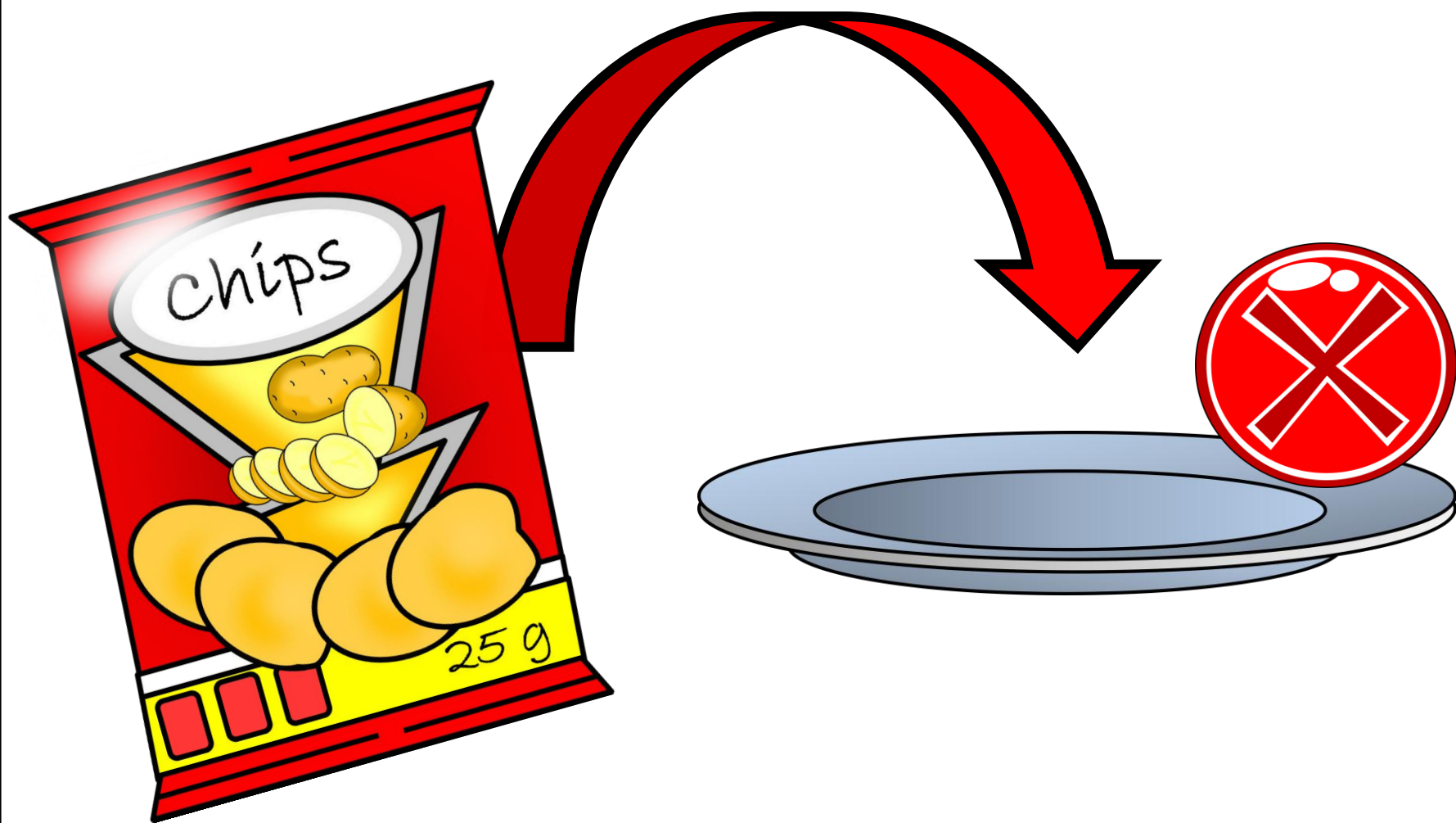
„Mâncarea nesănătoasă nu este prietena corpului nostru – nu ne ajută să creștem și ne poate îmbolnăvi dacă o mâncăm prea des!”



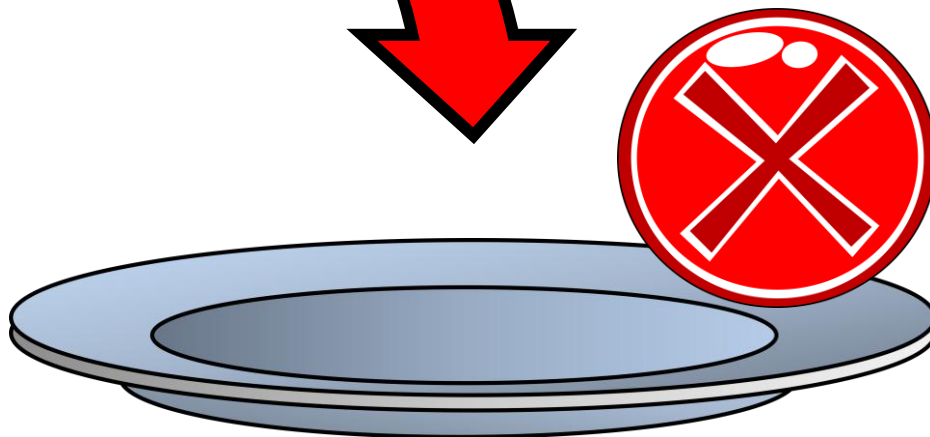
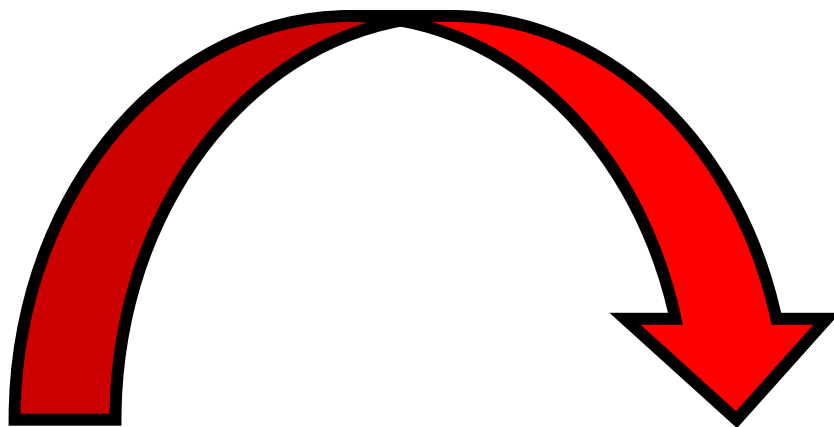
Aceștia sunt cartofi prăjiți. Nu sunt un aliment sănătos. Îl voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



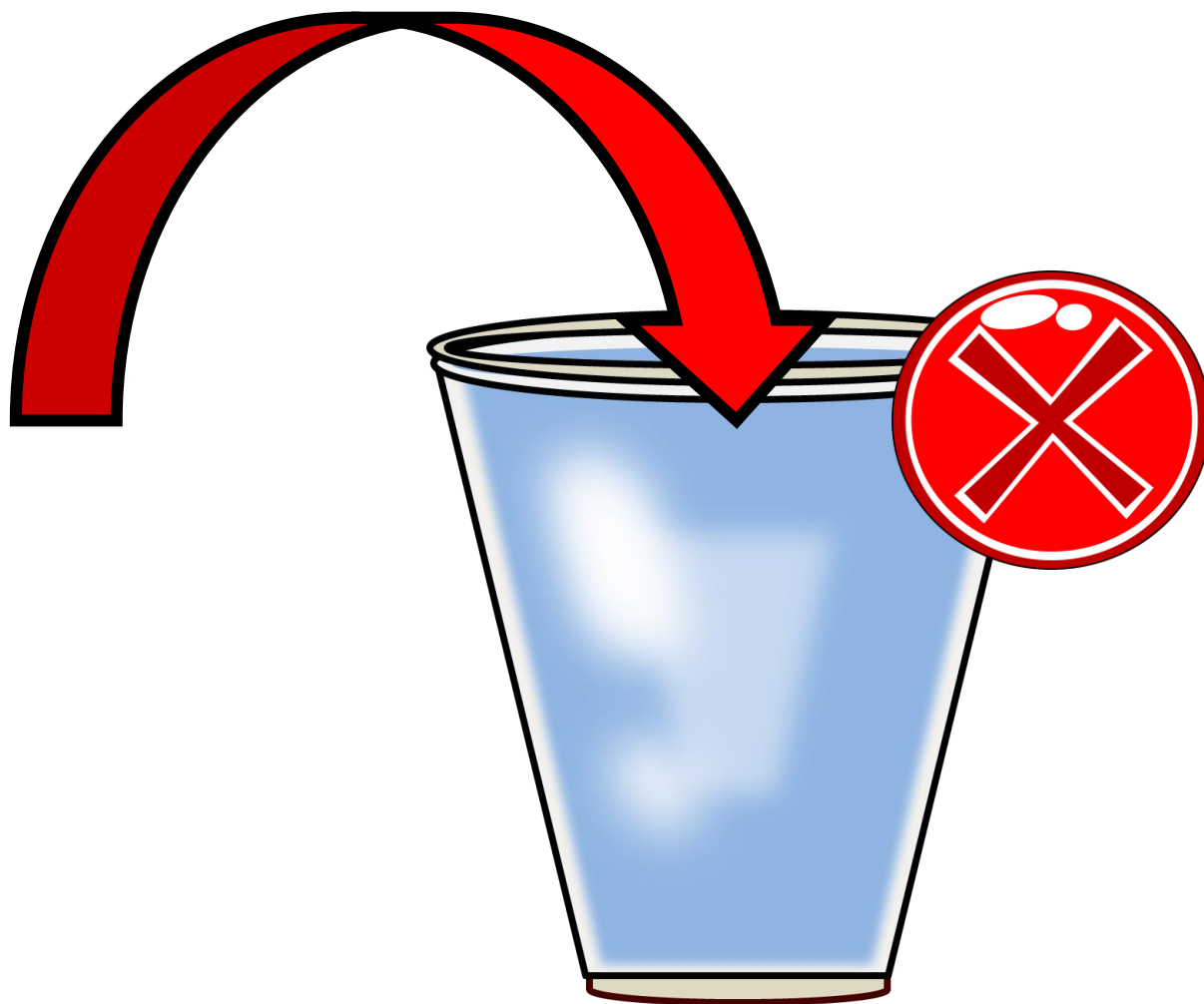
Aceasta este o pungă de cipsuri. Cipsurile nu sunt alimente sănătoase. Le voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



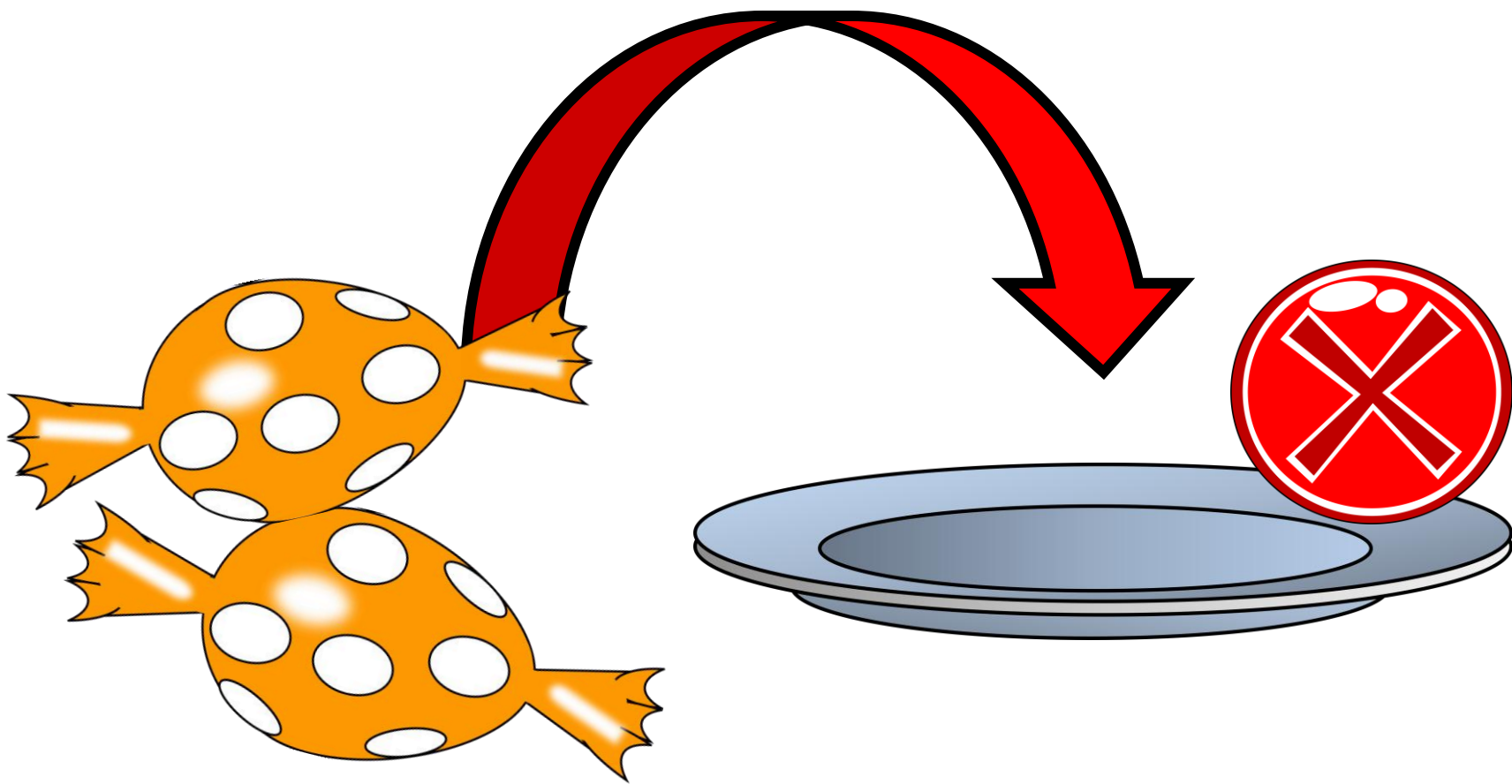
Aceasta este maioneză. Maioneza nu este un aliment sănătos. O voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



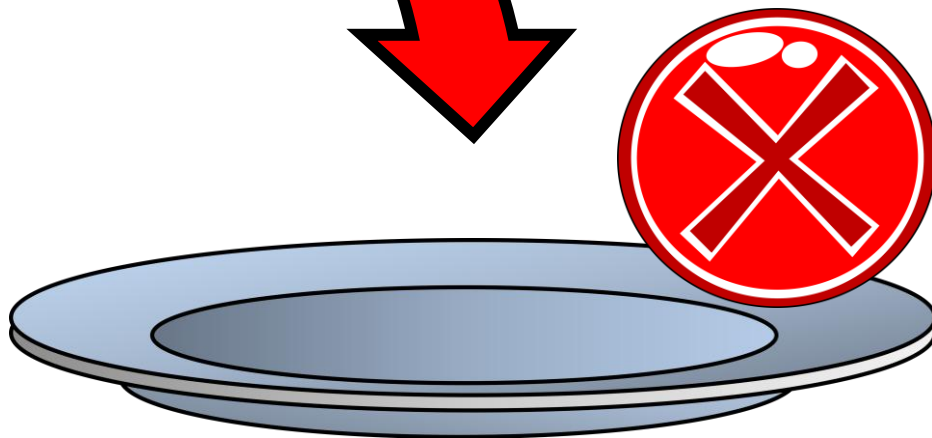
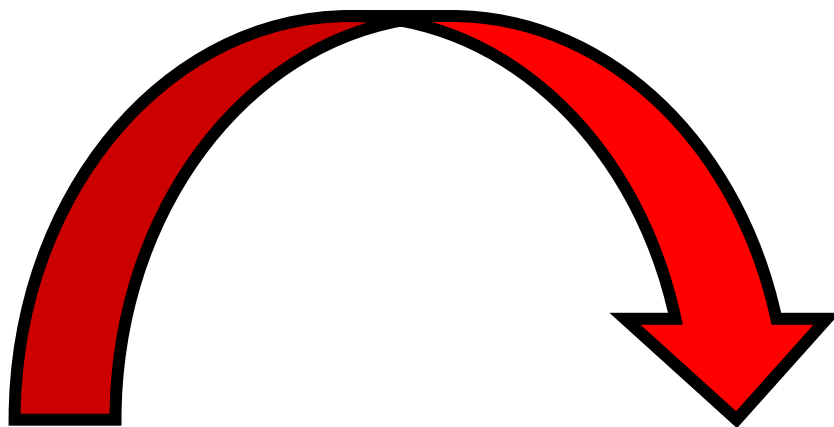
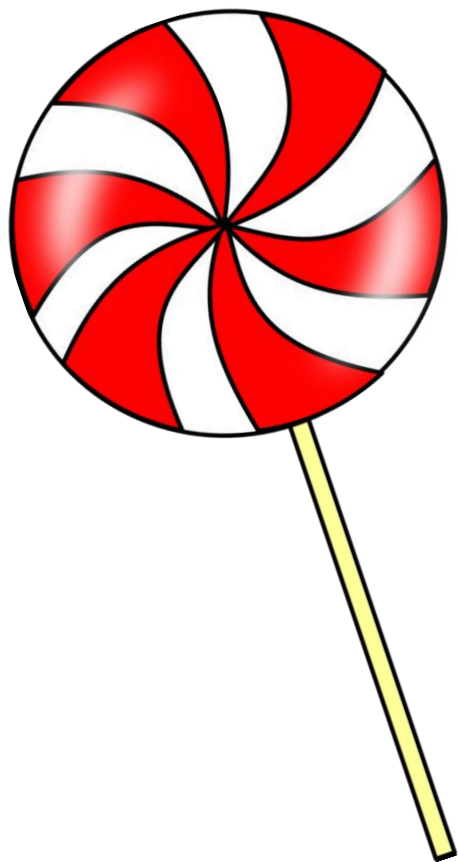
Aceasta este o sticlă de suc acidulat. Sucul acidulat nu este o băutură sănătoasă. O voi pune în paharul cu băuturi nesănătoase.



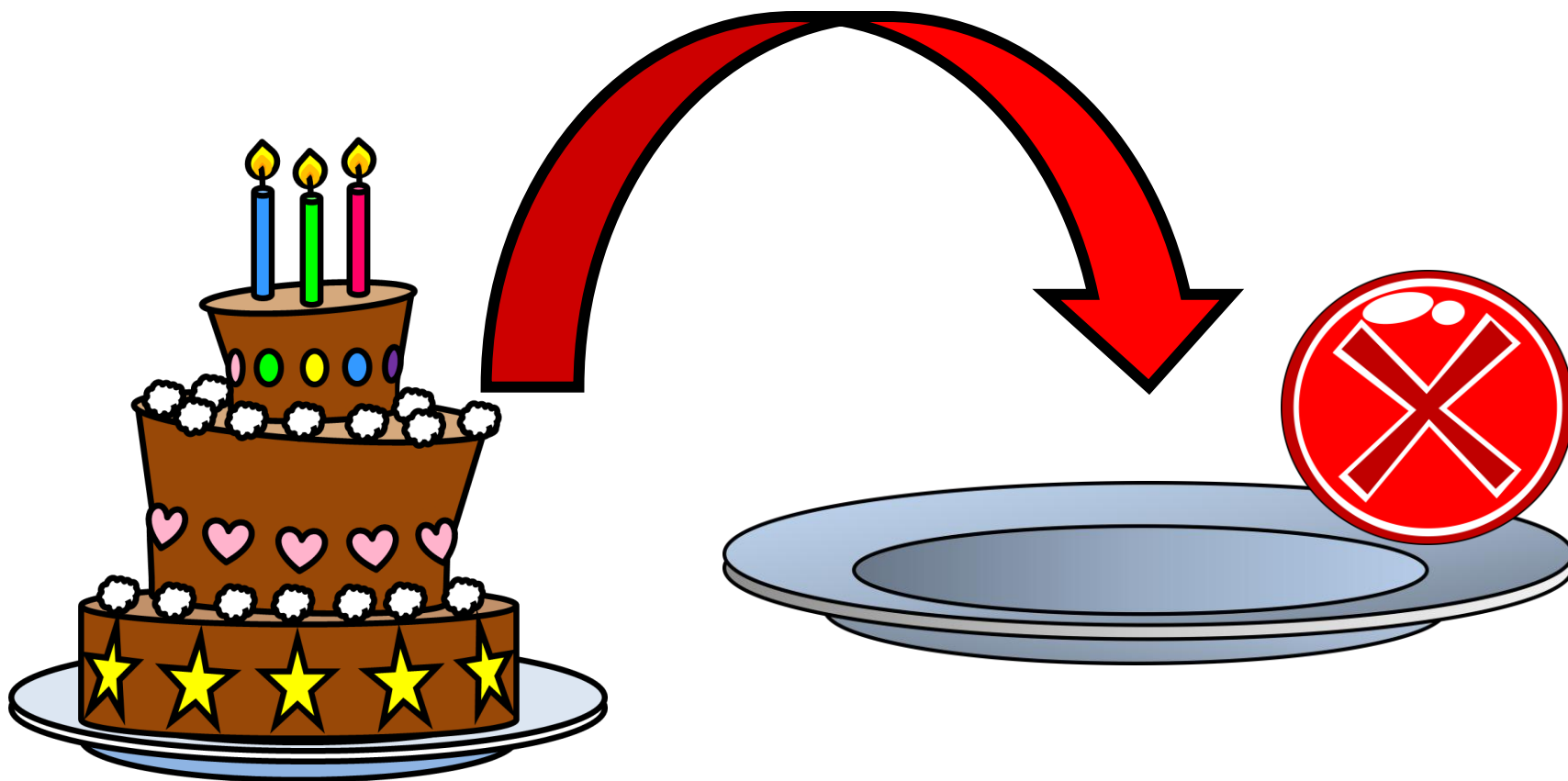
Acestea sunt bomboane. Bomboanele nu sunt un aliment sănătos. Le voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



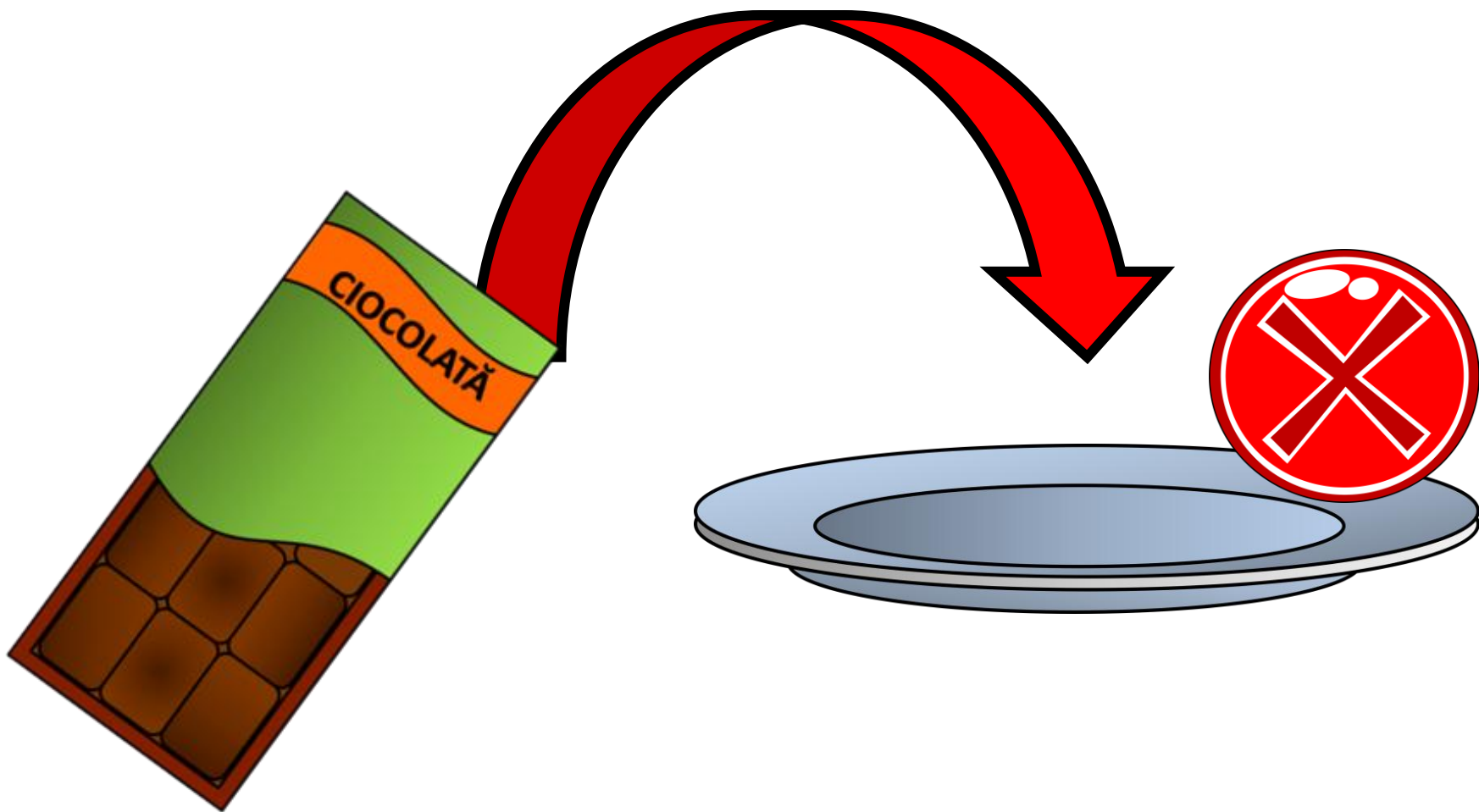
Aceasta este o acadea. Acadeaua nu este un aliment sănătos. O voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



Acesta este un tort. Tortul nu este un aliment sănătos. Îl voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



Aceasta este o ciocolată. Ciocolata nu este un aliment sănătos. Îl voi pune în farfuria cu mâncare nesănătoasă.



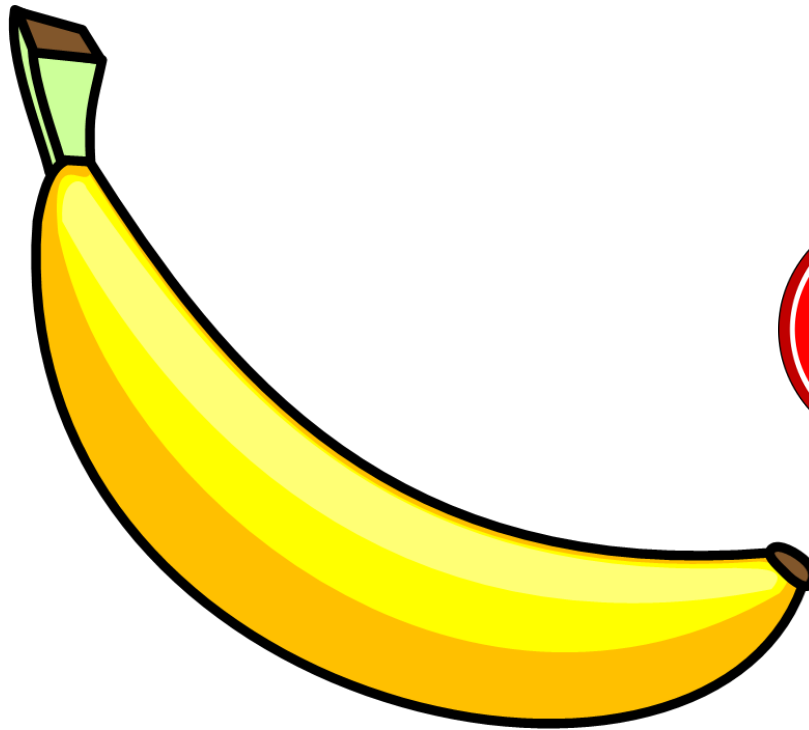
Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



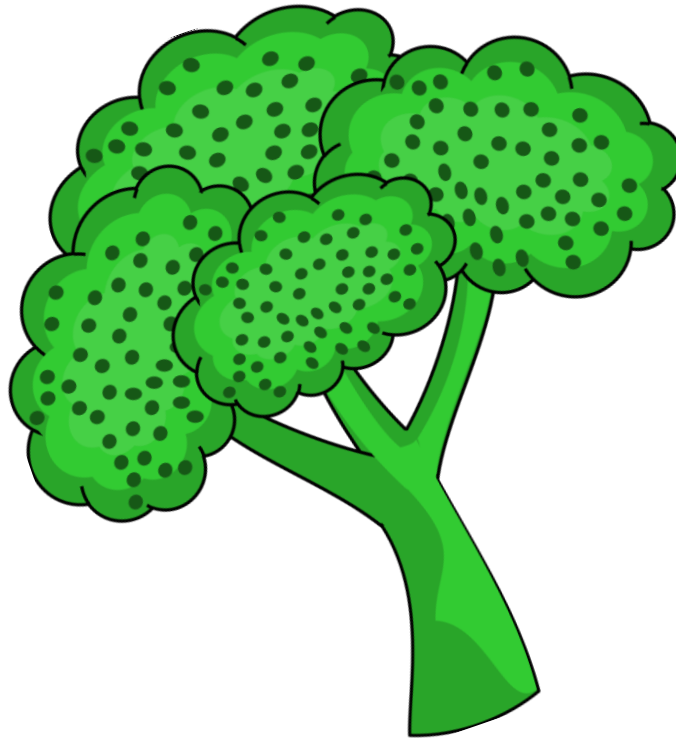
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



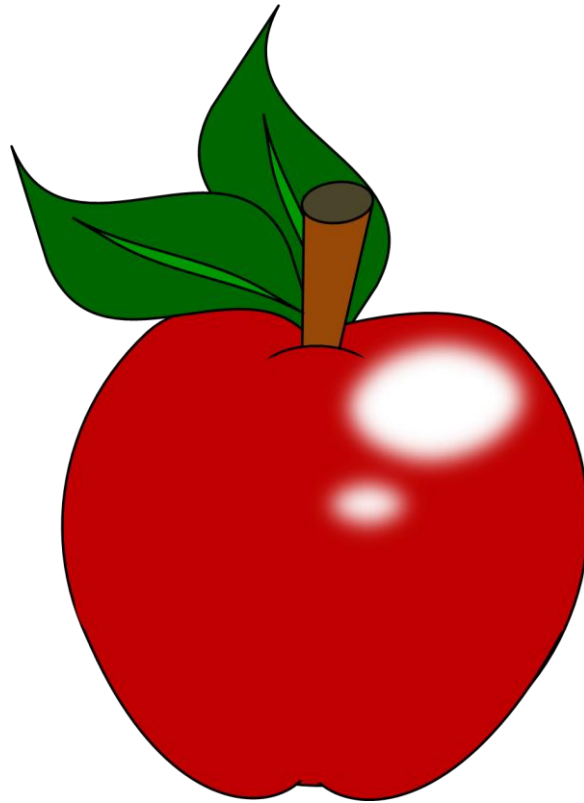
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



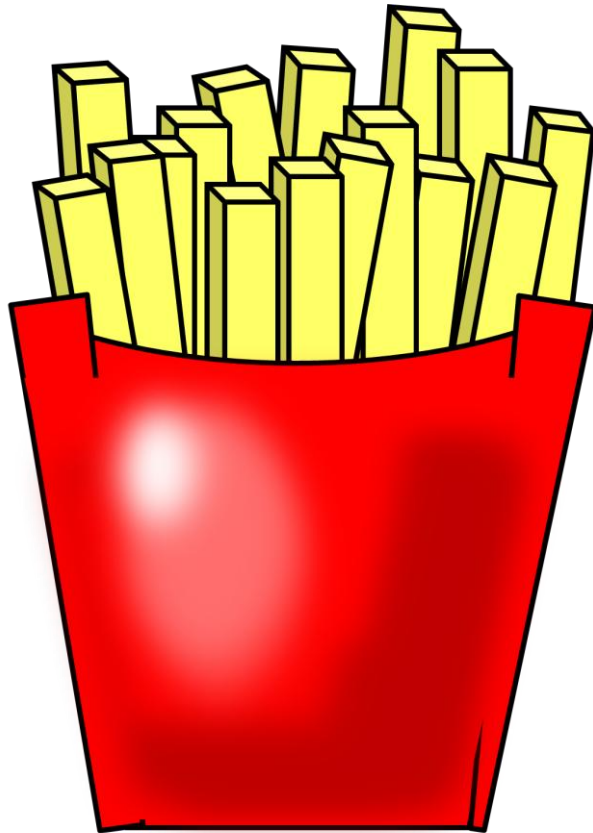
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



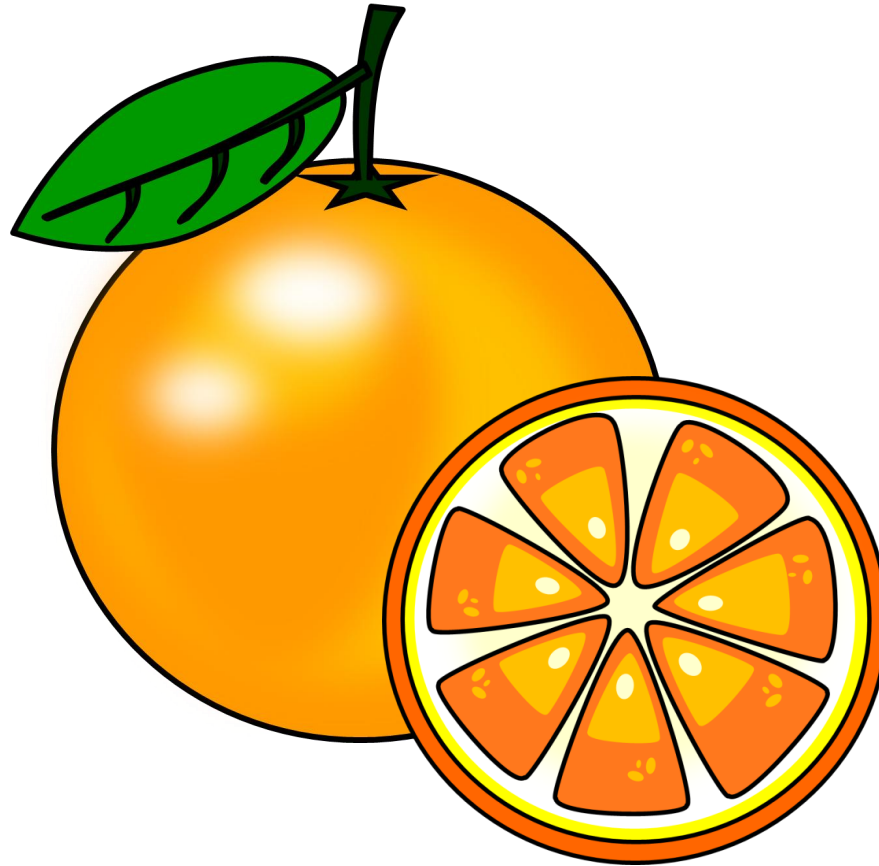
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



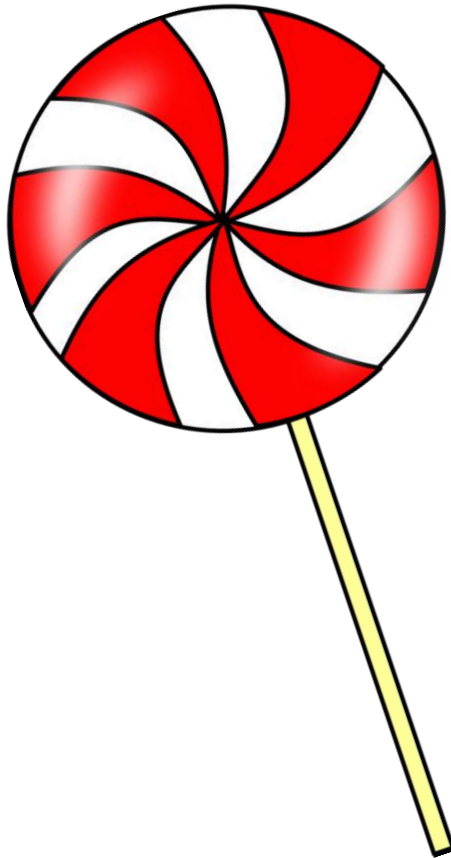
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



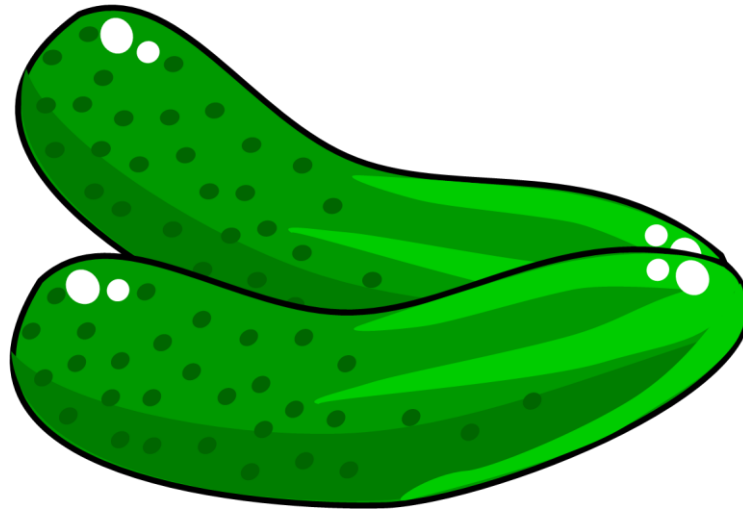
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



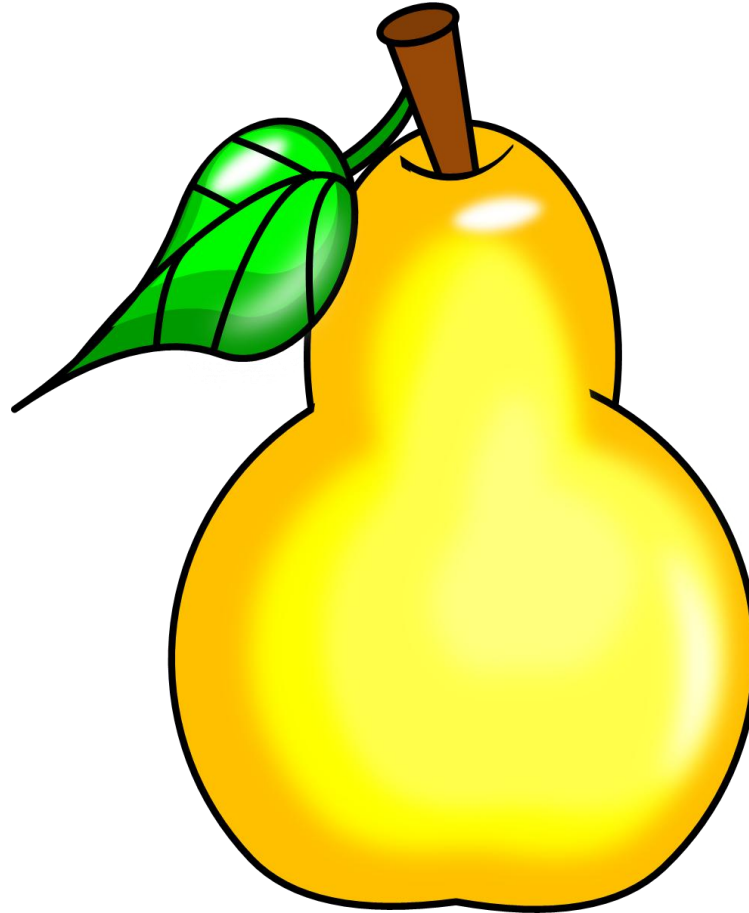
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



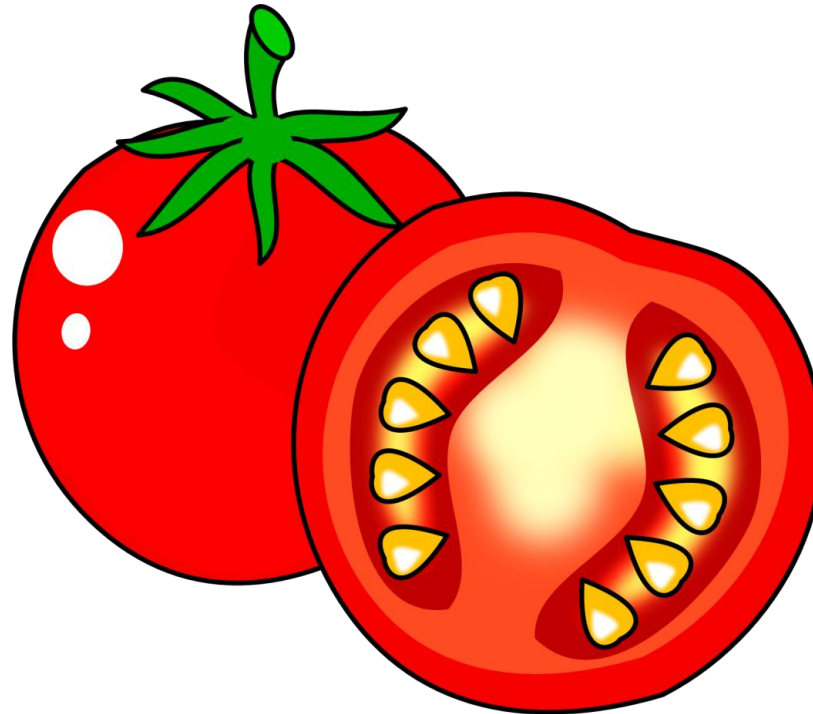
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



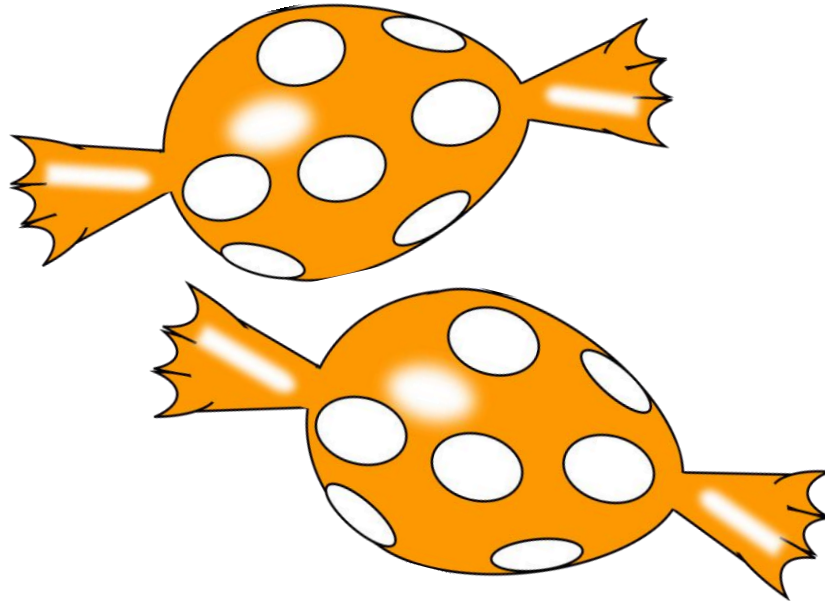
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA



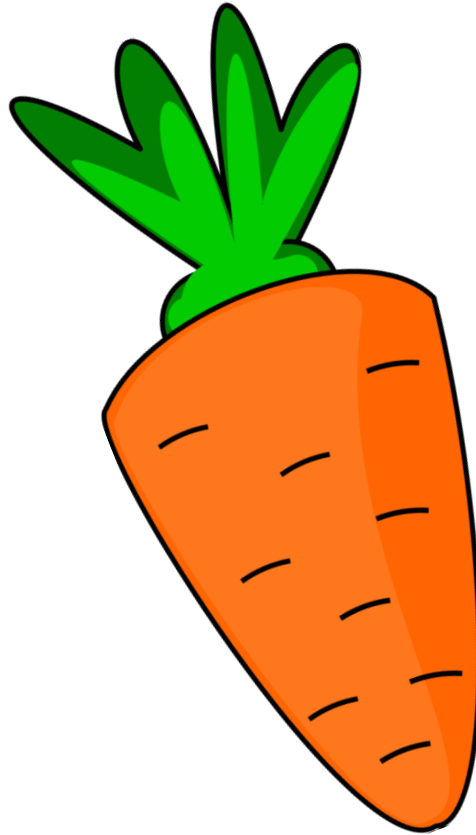
NU



Încercuiește răspunsul corect.

Este un aliment sănătos?

DA

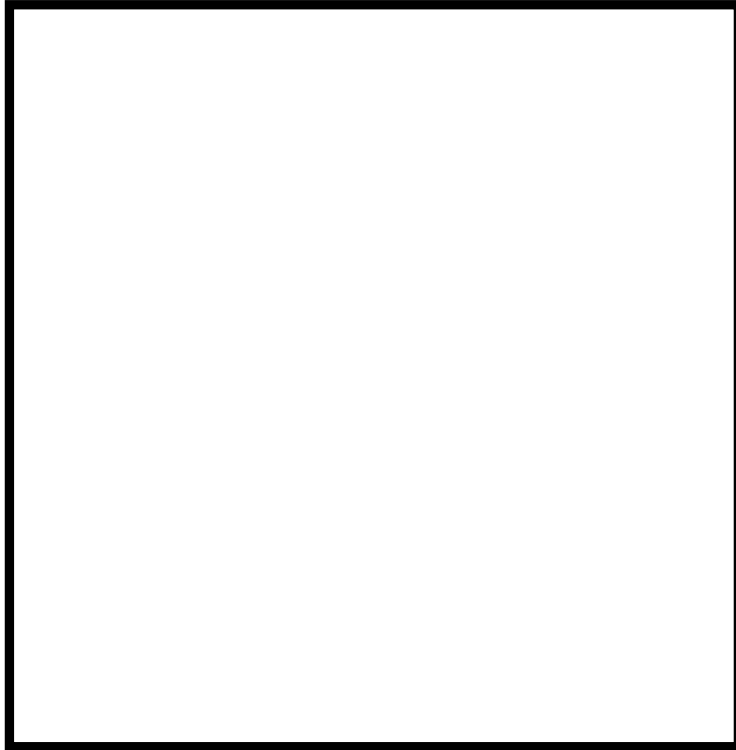


NU

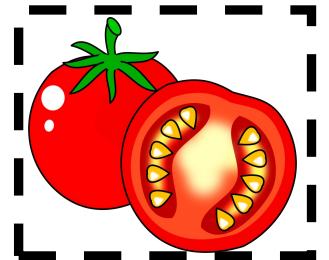
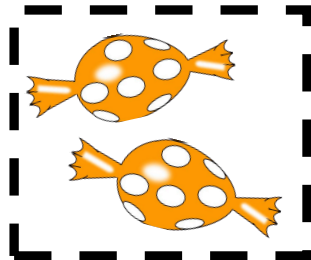
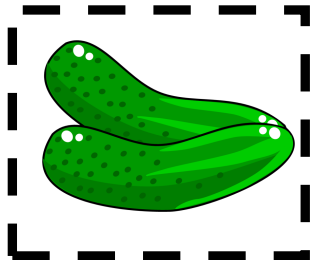
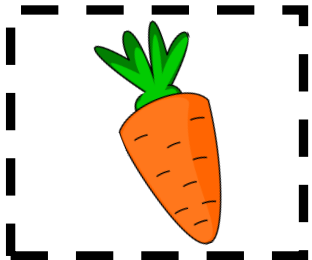
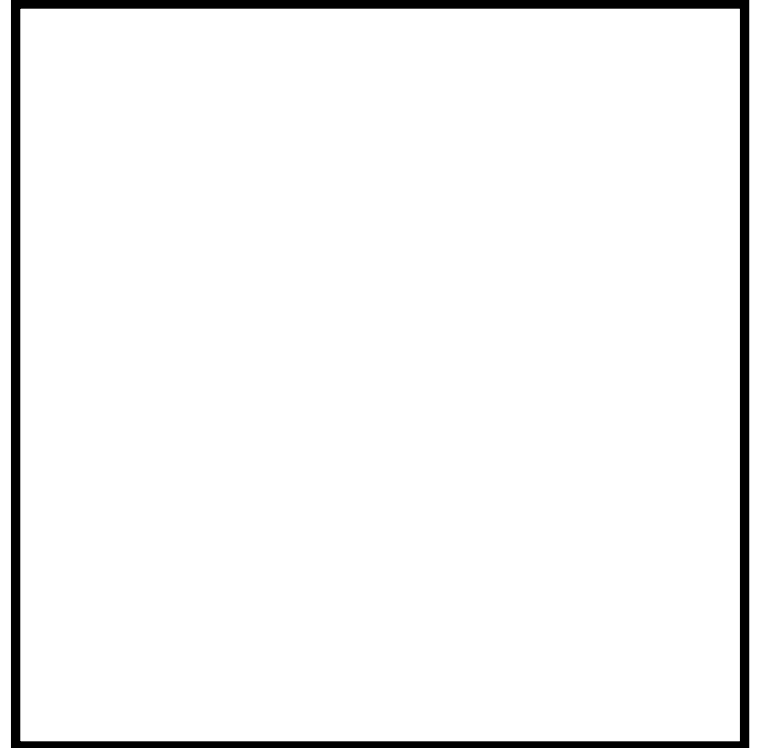


Sortează alimentele:

SĂNĂTOASE



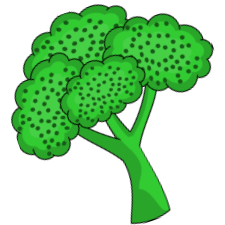
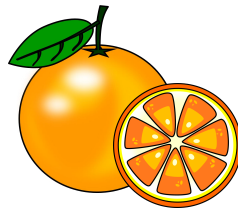
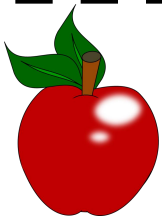
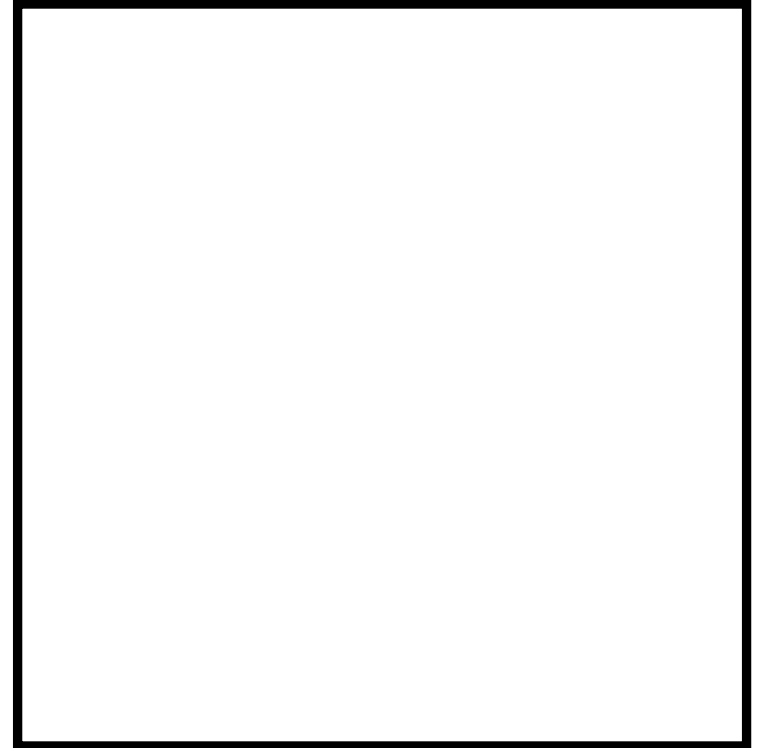
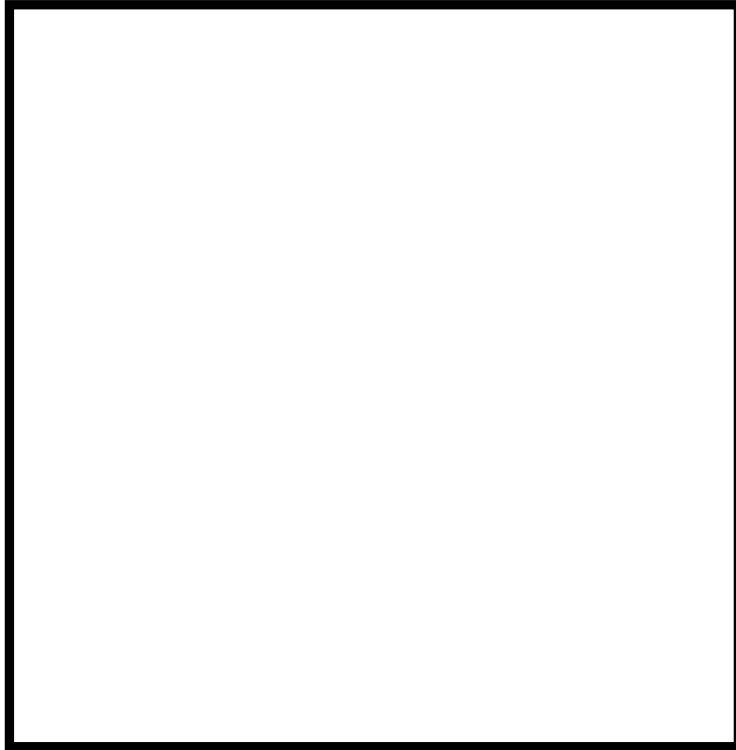
NESĂNĂTOASE



Sortează alimentele:

SĂNĂTOASE

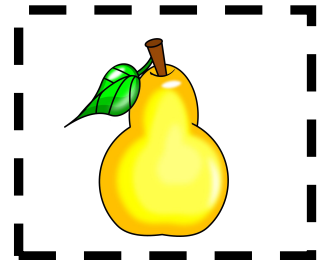
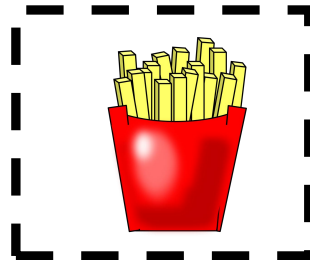
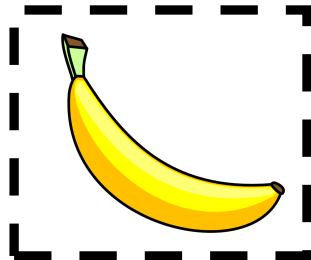
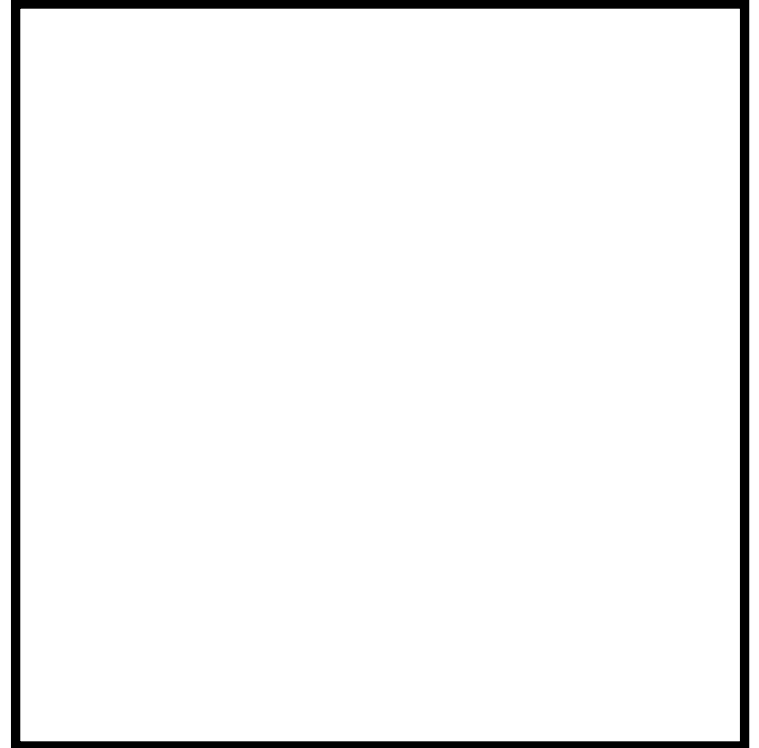
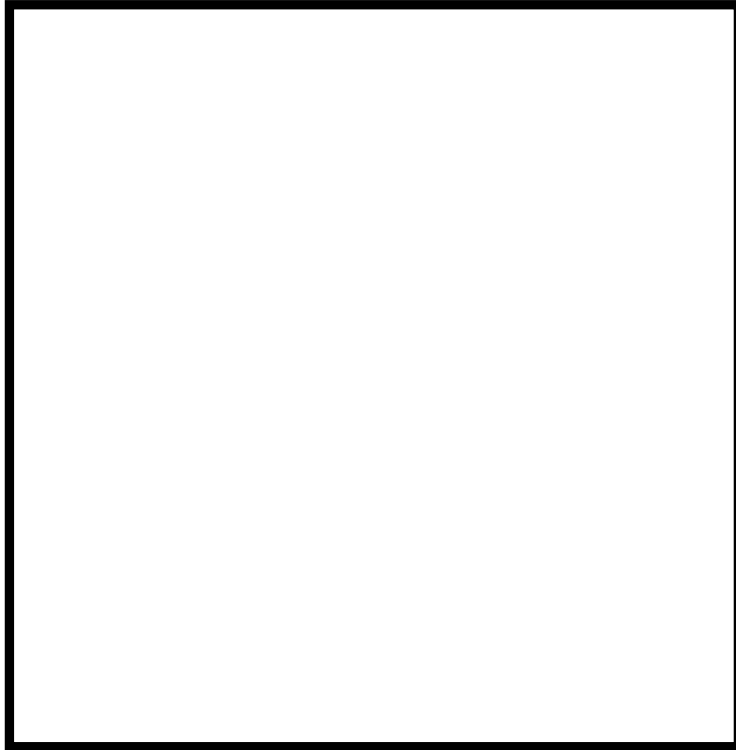
NESĂNĂTOASE



Sortează alimentele:

SĂNĂTOASE

NESĂNĂTOASE



Care sunt alimentele sănătoase?

Acest material este creat de *Little Bumble-bee Class* pentru <http://teachers-make.com> (fostul proiectuldeseară.com). Atunci când l-ați obținut ați intrat în posesia unei singure licențe. Vă rugăm să nu postați acest material pe facebook sau bloguri de unde poate fi descărcat. Vă rugăm să postați link-ul de pe blogul teachers-make.com unde poate fi găsit.

Acest produs, împreună cu toate produsele educaționale create de teachers-make.com sunt protejate de Digital Milenium Copyright Act.

Cliparturile utilizate pentru crearea acestui material au fost create de către *Little bumble-bees class*. Ne găsiți cu clipart și materiale educaționale pe <https://www.teacherspayteachers.com/Store/Little-Bumble-bees-Class>

