Un dia que ens cuida

Nom: _____ Data: _____

1 Mira el rellotge de cada moment. Numera de l'1 al 5 segons l'hora.

3		**Juguem al pati.**
5		**Descansem.**
1		**Ens rentem les mans.**
4		**Llegim un conte.**
2		**Esmorzem.**







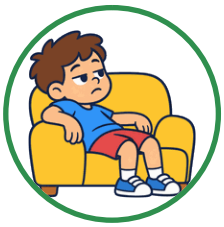
abans → després

2 Encercla els dos hàbits que ajuden el cos.


Beure aigua


Mirar pantalles sense parar


Moure'm i jugar


Estar assegut tot el dia

3 Escriu o dibuixa un hàbit per cuidar-te. No escriguis noms ni adreces.


A casa

beure aigua


A l'escola

sortir al pati a moure'm