



Nestlé **Aprender a Menjar Bé**

Nom Alumne \_\_\_\_\_

Classe \_\_\_\_\_

Nom Professor \_\_\_\_\_

# TEMA 9

## Exercici 2

### Els champions saben menjar bé

Aquí tens una pràctica dedicada a una de les coses més sanes i divertides: l'exercici físic. A la columna de l'esquerra veiem 6 objectes relacionats amb els esports. En el centre, has d'escriure el nom del teu esportista preferit per a cada esport.

I a la columna de la dreta: escull tres dels esportistes que has escrit i pensa en el que deuen menjar per a ser champions. Escriu a cada espai tres o quatre plats per a què la seva dieta sigui sana, completa, i guanyadora!

#### ESPORTS



#### ESPORTISTA

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

#### DIETES

1. Nom esportista: \_\_\_\_\_  
Dieta: \_\_\_\_\_
2. Nom esportista: \_\_\_\_\_  
Dieta: \_\_\_\_\_
3. Nom esportista: \_\_\_\_\_  
Dieta: \_\_\_\_\_