

PANES Y PECES

LA ALIMENTACIÓN Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

Una buena alimentación y unos hábitos saludables son fundamentales para gozar de una buena salud. Una de las mejores dietas para alimentarnos es la dieta mediterránea, porque sus productos son muy saludables.

En el país en el que nació y vivió Jesús, hay una variedad de alimentos muy saludables, entre ellos tenemos: carnes, pescados, frutas y verduras (manzanas, naranjas, dátiles, pepinos, pimientos, tomates, uvas...), el pan es fundamental en su dieta.

También los hábitos saludables, como bañarse, lavarse las manos con frecuencia, sobre todo en estos momentos que estamos viviendo, forma parte de los hábitos saludables y también el ejercicio físico, donde podemos contemplar las danzas, entre otras opciones.

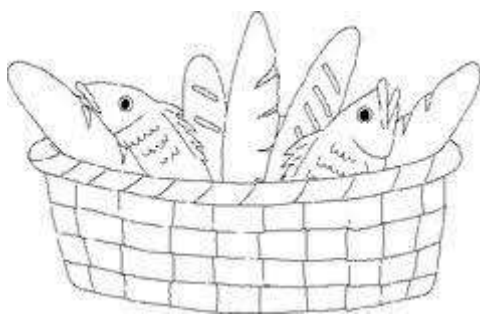
A propósito de la alimentación, hoy vamos a conocer un relato que nos cuenta un milagro que hizo Jesús, a partir de cinco panes y dos peces. Este relato está escrito en la Biblia, en el Nuevo Testamento.

ACTIVIDADES:

1. VER VIDEO: MULTIPLICACIÓN DE LOS PANES Y PECES

<https://www.youtube.com/watch?v=iNK-LnZej5s>

2. COLOREA UNO DE LOS DOS DIBUJOS



2. JUEGO DE PANES Y PECES

Para poder jugar a este juego, tendrás que dibujar panes y peces para hacer tarjetas, puedes pedir colaboración a alguien de tu familia. Otra opción sería aprovechar los folletos de propaganda de las tiendas donde vienen fotos de panes y peces. Recortándolos y pegándolos en tarjetas de cartulina.

SALIDA



Muchos iban a oír hablar a Jesús.
Avanza 2 casillas

Coge un pan



Jesús cura a mucha gente.
Avanza 1 casilla

Coge un pez



Jesús estaba preocupado porque la gente tenía hambre.
Retrocede 3 casillas

Coge un pan



No había comida para todos.
Retrocede 2 casillas

Los discípulos recogieron 12 cestos de sobras.
Avanza 3 casillas

Coge un pez



Repartieron la comida y sobró.
Coge un pan y un pez

Coge un pan



Jesús pidió que repartieran la comida.
Dale un pan al jugador de la derecha

Coge un pez



Jesús partió los panes y los peces.
Devuelve un pan y un pez

Coge un pan



Jesús hizo una oración.
Descansa un turno

Coge un pez



El niño sólo tenía 5 panes y 2 peces.
Pierdes un turno

PANES

Y

PECES



