

¡Nada como un buen desayuno!



Nº DE PÁGINAS: 24



sm

PROPUESTA DE ACTIVIDADES



INDIVIDUAL

Propón a los alumnos que elaboren el **menú** de un día recortando fotografías de alimentos de las revistas y los folletos publicitarios de distintos supermercados. Recuérdales que tienen que incluir las cinco comidas del día (*desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena*) y hazles entender que comer cosas que les gustan no es incompatible con llevar una dieta sana y equilibrada. Después, comentad todos juntos los diferentes menús, haciendo especial hincapié en los alimentos más saludables e importantes para el crecimiento.



GRUPO

Lee el cuento en voz alta hasta la página 7 y pregunta a los alumnos qué creen que va a pasar en la historia. Para ayudarlos a establecer diferentes **hipótesis**, puedes guiarlos mediante preguntas sencillas (*¿De dónde salen las estrellas? ¿Qué creen que va a suceder a continuación? ¿Cómo se resolverá el problema?*).



EN FAMILIA

A través de una nota, pide a los padres de los alumnos que lean el cuento con sus hijos y que, juntos, busquen y se aprendan de memoria alguna **adivinanza** relacionada con los alimentos. Para guiarlos, puedes recomendarles las siguientes páginas web: www.e-sm.net/adivinanzas y www.e-sm.net/adivinanzas_alimentos. De esta forma, los niños podrán contar en clase las adivinanzas que han aprendido y el resto de sus compañeros tendrán que adivinar de qué alimento se trata.

POR QUÉ LEER ESTE LIBRO

Porque refleja de una forma mágica y llena de humor la importancia de llevar una dieta sana y equilibrada, en la que el desayuno cumple un papel fundamental.

RESUMEN DEL ARGUMENTO

Cuando Lara le grita a sus padres que no quiere desayunar, no se imagina que el duendecillo Comilón va a hechizar su comida impidiéndole probar ni un solo bocado. Para deshacer el enredo, la niña tendrá que recurrir a unos amigos de Comilón, que le recordarán que el desayuno es una comida esencial.

MOTIVACIÓN A LA LECTURA

Aborda el tema central de la lectura pidiendo a cada alumno que explique a sus compañeros qué suele tomar por las mañanas, con quién y dónde desayuna, cuáles son sus alimentos favoritos, etc.

TALLER DE MANUALIDADES

Para recordar lo que aprende Lara en este cuento, relee en voz alta la moraleja de la página 22: «Para crecer, aprender y jugar, siempre hay que desayunar». A continuación, reparte cartulinas de colores en forma de estrella, como las del duende Comilón, y propón a los alumnos que **dibujen un alimento** habitual y saludable para la hora del desayuno (*cereales, leche, zumo, pan con tomate*, etc.). Después, podéis decorar la clase con las **estrellas** a modo de recordatorio.