

Scheda
6-7
anni

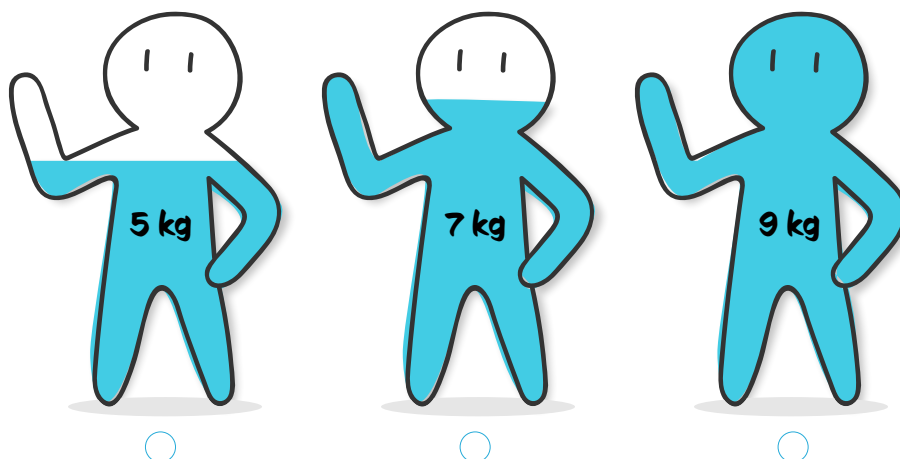
L'ACQUA DENTRO DI TE

a Scuola di
Acqua
Sete di Futuro

schede didattiche interattive

MA QUANTA ACQUA C'È NEL TUO CORPO?

Sai quanti kg di acqua
contiene il tuo corpo
ogni 10 kg del tuo peso?
Clicca sulla sagoma che
contiene la risposta
corretta.



Proprio come i fiori, **anche tu sei fatto
per gran parte d'acqua.**



Lo sapevi che...

Più della metà del tuo corpo è fatto di acqua.

Durante la giornata ci sono momenti in cui **elimini
acqua dal tuo corpo e altri in cui la assumi.**

Seleziona
solo le immagini
dei momenti
in cui l'acqua
entra nel tuo corpo.



L'ACQUA CHE ESCE E QUELLA CHE ENTRA



Lo sapevi che...

Quando hai sete è perché il tuo corpo ti sta lanciando un allarme:
ha bisogno d'acqua!

Scheda
6-7
anni

schede didattiche interattive

L'ACQUA È BENESSERE

a Scuola di
Acqua
Sete di Futuro

Per ogni sport
indica il nome
e alla fine le
lettere nelle
caselle colorate
ti sveleranno il
segreto...

Quando si fa sport si suda molto.
Sai qual è l'elemento più importante
per darti sempre il meglio?
Scoprillo compilando il cruciverba qui sotto.



| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | | | I | |
|--|--|--|--|---|--|

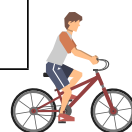
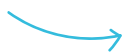
| | | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|--|
| C | | | L | | | |
|---|--|--|---|--|--|--|

| |
|---|
| Q |
|---|



| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | G | | Y |
|--|--|---|--|---|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | R | | |
|--|--|---|--|--|



**IL SEGRETO
DEI CAMPIONI**



Lo sapevi che...

Quando si suda bisogna bere molta acqua,
ma mai troppo fredda.

UNA SORGENTE DI BENESSERE



L'acqua serve per **moltissime azioni** che hanno
a che vedere con il nostro benessere e la nostra
vita. Eccone qui un piccolo elenco.

Seleziona l'attività in cui l'acqua
entra nel nostro organismo.

- ☐ Gustare una **tazza di tè**
- ☐ Lavare la **frutta**
- ☐ Coltivare **l'orto**
- ☐ Bere un **bicchierone** d'acqua
- ☐ Nuotare in **piscina**
- ☐ Lavare i **panni**
- ☐ Fare la **doccia**
- ☐ Cucinare la **pasta** e gustarsela



Lo sapevi che...

Bere ti aiuta anche a regolare la temperatura del tuo corpo.