



NOMBRE Y APELLIDOS: _____ N°: _____

FICHA 5 El rap de la vida

¿Sabes lo que es un rap?

Pregunta a tus amigos y a los profesores si no la sabes...

Seguro que más de una vez has saltado con subite a un escenario y cantar tus canciones favoritas. Te proponemos que hagas de músico durante un rato y te inventes un rap que hable sobre la buena alimentación, los alimentos más recomendados, la pirámide...

Actividad

Para esta le vamos a enseñar un truco: primero, elige alguna palabra que hable de alimentación y busca otra que rime con ella. Por ejemplo: **alimentación y acción**. Ahora solo tienes que inventarte alguna frase que tenga sentido, por ejemplo:



Si eres un chico al que le gusta la acción, sigue la Pirámide de la Alimentación. Naranja, manzana, pera y melón, como son frutas comeré un montón.

También te dejamos un rap muy divertido y que nos encanta, que resume los secretos de una vida llena de salud.

Es el rap de la vida.

¡Aprendeelo y rapéaselo a tus amigos!

EL RAP DE LA VIDA

Pasamos del solá y los juegos **sedentarios**, hacemos ahora **ejercicios diarios**.

Cambia la palmera por **buenas natillas**, cambio la consola por **las zapatillas**.

Ya es la hora, ya ha llegado el momento, pongamos el cuerpo en **funcionamiento**.

Anda, síntate y camina recto, así tendrás siempre un **cuerpo perfecto**.

Si subes a casa y estás sin **aliento**, tenes que empezar una vida en **movimiento**.

(Repite el rap tantas veces como quieras...)



¡Ahora te toca a ti!

Pon a prueba tu creatividad e inventa la letra de un rap.



1 _____

2 _____

3 _____

4 _____