

ESCUELA PEDRO DE MÁRQUEZ -3º GRADO A y B-GUÍA N°23 DE RETROALIMENTACIÓN GRUPO 2

Escuela: Pedro de Márquez CUE : 700123-00

Docentes :Robledo Valeria, Pereyra Cintia, Oropel Gabriel, Peralta Patricia, Micaela Carbajal, Mitre Vanesa y González María José.

Grado: 3º “A y B”

Turno: Mañana

Título de la propuesta: **“Construyendo mi alimentación para crecer sano y fuerte”**

Contenidos: **LENGUA:** Comprensión lectora, adjetivos y producción de textos. **MATEMÁTICA:** Numeración. Operaciones: Sumas y Situaciones problemáticas. **ÉTICA:** Hábitos saludables. **CIENCIAS NATURALES:** Los alimentos. **CIENCIAS SOCIALES:** Circuito productivo de la leche **TECNOLOGÍA:** Elaboración de productos, seleccionando los materiales y las técnicas más apropiadas, diferenciando insumos, operaciones y medios técnicos. **AGROPECUARIA:** Frutas y verduras.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

Interpreta textos sencillos.

Produce textos sencillos con intención comunicativa, caracteriza personajes.

Emplea de manera adecuada las diferentes clases de palabras.

Identifica alimentos saludables.

Distingue hábitos saludables.

Construye menú saludable atendiendo a todos los recursos brindados.

Resuelve problemas sencillos del entorno escolar que requieran operaciones elementales de cálculo.

Identifica figuras geométricas.

Utiliza números naturales para conocer e intercambiar información en el entorno escolar.

Identifica las unidades de medida más usuales de capacidad y masa.

Dibuja y escribe el nombre de las frutas y/o verduras y las vitaminas que proveen.

Identifica el circuito productivo de la leche.

Respetar las instrucciones de realización de un producto.

Diferencia procesos de producción e identifica productos tecnológicos surgidos de necesidades y demandas inmediatas de su entorno cotidiano.



Desafío: CONSTRUIR UN CARTEL COMUNICANDO LA IMPORTANCIA PARA LA SALUD, DE UN MENÚ SALUDABLE

Actividades:

1) Lee con atención



NO ME COMERÉ ESAS VERDURAS.

¡NO, NO ME COMERÉ ESAS VERDURAS!

ISABELITA MIRÓ EL PLATO CON CARITA ENOJADA, Y DIJO” ESTO NO SE VE NADA RICO”.

LAS VERDURAS REUNIDAS EN EL PLATO DECIDIERON HABLAR CON LA PEQUEÑA. ALLÍ ESTABA EL ROJO TOMATE, LA DULCE ZANAHORIA CON SU ANARANJADA ELEGANCIA, Y LA MÁS FRESCA DE TODAS QUE ERA LA VERDE ESPINACA.

INICIARON EL DISCURSO

“SEÑORITA, ¿NO SABE USTED QUE GRACIAS A NOSOTROS USTED PUEDE SER UNA NIÑA SANA Y HERMOSA, CON DIENTES Y HUESOS FUERTES?

LA PEQUEÑA QUEDÓ MARAVILLADA Y DECIDIÓ PROBAR AQUELLAS PARLANCHINAS VERDURAS.

SE PUSO FELIZ PORQUE ADEMÁS DE SER MUY BUENAS, ERAN RIQUEZÍSIMAS.

2) RESPONDE

¿CÓMO SE LLAMA LA PROTAGONISTA DE ESTA HISTORIA?

¿QUIÉNES DECIDIERON HABLAR CON LA PEQUEÑA?

¿QUÉ PIENSAS DE LA ACTITUD DE ISABELITA?

3) COMPLETA CON EL ADJETIVO QUE APARECE EN EL TEXTO:

TOMATE:.....ZANAHORIA.....ESPINACA.....

ISABELITA SE ENTUSIASMÓ Y COMENZÓ AVERIGUAR SOBRE LOS ALIMENTOS SALUDABLES Y SE ENCONTRÓ CON ESTE ÓVALO NUTRICIONAL



LEE CON ATENCIÓN

- **AL PRINCIPIO** SE ENCUENTRA **EL AGUA**, RECURSO INDISPENSABLE PARA EL BUEN FUNCIONAMIENTO DEL ORGANISMO.
- LUEGO, EN EL **PRIMER GRUPO DE ALIMENTOS** SE ENCUENTRAN **LOS CEREALES**, SUS DERIVADOS Y **LAS LEGUMBRES**. ESTOS ALIMENTOS SON FUENTE PRINCIPAL DE HIDRATOS DE CARBONO Y DE FIBRA.
- **EL SEGUNDO GRUPO** COMPRENDE A **LAS FRUTAS Y VERDURAS**. SON FUENTE PRINCIPAL DE VITAMINAS, FIBRAS, MINERALES Y AGUA.
- **EN EL TERCER GRUPO** ENCONTRAMOS A **LOS LÁCTEOS**, QUE APORTAN PROTEÍNAS, CALCIO Y VITAMINAS.
- **CUARTO GRUPO** SON **LAS CARNES Y HUEVOS**. APORTAN PROTEÍNAS DE CALIDAD Y HIERRO.
- **EL QUINTO GRUPO** SON **LOS ACEITES Y GRASAS**, QUE NOS BRINDAN ENERGÍA Y VITAMINA.
- FINALMENTE, EN **EL SEXTO GRUPO** SE AGRUPAN **LOS DULCES Y AZÚCARES**. ESTOS BRINDAN ENERGÍA Y SON AGRADABLES POR SU SABOR, PERO NO TIENEN NINGÚN VALOR NUTRITIVO INDISPENSABLE.

CON ESTA INFORMACIÓN LOGRAREMOS LLEVAR UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y NUTRITIVA. DE ESTA FORMA, NUESTRO ORGANISMO TENDRÁ LA ENERGÍA NECESARIA PARA REALIZAR TODAS LAS ACTIVIDADES QUE TENEMOS EN EL DÍA Y MEJORAREMOS CONSIDERABLEMENTE NUESTRA CALIDAD DE VIDA.

EN EL TERCER GRUPO SE ENCUENTRAN LOS LÁCTEOS, POR EJEMPLO LA LECHE.

¿Y CÓMO LLEGA LA LECHE A CASA?

4) ORDENA LA SECUENCIA DEL CIRCUITO PRODUCTIVO DE LA LECHE.

DESDE LA VACA A LA TAZA:



Área: Ed. Tecnológica

5) COMO EL YOGURT ESTÁ CARO , ISABELITA DECIDIÓ PREPARARLO CASERO PARA ESO NECESITA:

INGREDIENTES:

- 2 TAZAS DE LECHE EN POLVO.
- 3 TAZAS DE AGUA HERVIDA Y TIBIA
- 1 VASO DE YOGURT ENTERO.

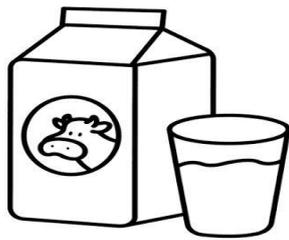
PREPARACIÓN:

- A. SACA EL VASO DE YOGURT DE LA HELADERA.
- B. COLOCA EN UN RECIPIENTE LAS TAZAS DE LECHE EN POLVO E IR AGREGANDO EL AGUA DE A POCO PARA NO FORMAR GRUMOS.
- C. AGREGA EL VASO DE YOGURT EN LA LECHE TIBIA Y REVUELVE PARA DISTRIBUIR EL FERMENTO.
- D. CIERRA EL RECIPIENTE Y COLÓCALO EN UNA BOLSA, ENVUELVE CON UN REPASADOR O VARIOS, DE ESA MANERA SE MANTENDRÁ EL CALOR
- E. LA PREPARACIÓN ESTARÁ LISTA A LAS 8 HORAS, OBSERVA SI ESTÁ ESPESO Y COLOCA EL RECIPIENTE EN LA HELADERA, PUEDES AGREGAR FRUTAS.

6- **ESCRIBE** SI TE GUSTÓ REALIZAR ESTE PROCESO Y SI TUVISTE DIFICULTAD.

MATEMÁTICA

7) ENCUENTRA Y PINTA EN ESTOS ENVASES UN RECTÁNGULO DE COLOR ROJO, UN TRIÁNGULO DE COLOR VERDE Y UN CÍRCULO DE AMARILLO



LA MAMÁ DE ISABELITA FUE AL SUPERMERCADO Y COMPRÓ LOS SIGUIENTES ALIMENTOS SALUDABLES.¿CUÁNTO GASTÓ EN TOTAL?



\$395



\$148



\$ 298

Respuesta: _____

SI LA MAMÁ PAGÓ CON \$950 ¿CUÁNTO LE DIERON DE VUELTO?

ESCRIBE EL NOMBRE DEL RESULTADO QUE TE DIO.....

.....

ÁREA: AGROPECUARIA

8) LAS FRUTAS COMO POR EJEMPLO (LA BANANA, NARANJA, UVA, MANDARINA, MELÓN, ETC.) LAS VERDURAS EJEM... (ZANAHORIA, PAPA, CAMOTE, ZAPALLO, TÓMATE, CHOCLO, ETC.) NOS APORTAN VITAMINAS, MINERALES, FIBRAS, Y AGUA POR ESO ES MUY IMPORTANTE CONSUMIRLOS DIARIAMENTE.

a-ELIGE UNA DE LAS FRUTAS O VERDURA Y BUSCA INFORMACIÓN SOBRE: QUÉ VITAMINA NOS APORTA A NUESTRO CUERPO.

b-ELABORA UNA FICHA CON ESOS DATOS

NOMBRE DE LA VERDURA O FRUTA:

BENEFICIOS:

9) LEE Y RODEA CON UN COLOR CON CUÁL TE IDENTIFICAS.



TENGO MUY BUENOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN,



ESTOY REGULAR CON MIS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, DEBO MEJORAR PARA CRECER Y DESARROLLARME SANO Y FUERTE.



ESTOY MUY FLOJO CON MIS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN, DEBO MEJORARLA RÁPIDAMENTE PARA CRECER Y DESARROLLARME SANO Y FUERTE.

CUALQUIERA HAYA SIDO TU RESULTADO SIEMPRE SE PUEDE MEJORAR.

10-¡LLEGÓ EL MOMENTO DE REALIZAR EL DESAFÍO! CONSTRUIR UN CARTEL COMUNICANDO LA IMPORTANCIA PARA LA SALUD, DE UN MENÚ SALUDABLE.

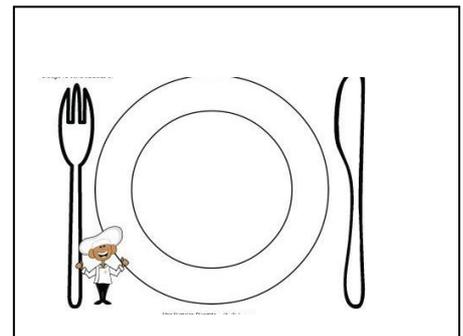
PARA ELLO:

a-PENSÁ Y ESCRIBÍ UN TÍTULO QUE LLAME LA ATENCIÓN EN UNA HOJA N°5 BLANCA

b-LUEGO DIBUJA LA IMAGEN PROPUESTA

c-RECORTA Y PEGA ALIMENTOS QUE TE AYUDEN A CRECER SANO Y FUERTE.

d-PIENSA Y ESCRIBE UN MENSAJE RESALTANDO LA IMPORTANCIA DE UN MENÚ SALUDABLE PARA LA SALUD.



¡LISTO DESAFÍO CUMPLIDO! SACA UNA FOTO DEL CARTEL TERMINADO Y SE LO ENVÍAS A LA SEÑO



Directora: Claudia Lezcano

Vice: Fanny Poblete