

Guía Pedagógica N°23 de Retroalimentación

Grupo: 2

Escuela: Manuel Pacífico Antequeda

CUE: 700040200

Docentes: Andrea Jordá, Mariana Paredes, Eliana Barrera

Profesores de Especialidades: Beatriz Fernández, Paola Álvarez.

Grado: 5° A, B, C

Ciclo: 2°

Nivel: Primario

Turno: Mañana

Áreas: Lengua, Ciencias Naturales, Formación Ética y Ciudadana, Educación Musical, Educación Plástica, Ciencias Sociales.

Título de la propuesta: “Postres saludables de pequeños Chef” Alimentación saludable.

Contenidos: **Lengua:** Texto instructivo. Verbos. **Matemática:** Números racionales positivos: fracciones y decimales. Medida de peso. Proporcionalidad. **Ciencias Naturales:** Funciones de nutrición: Alimentos y nutrientes. Alimentación, dieta equilibrada y salud. **Educación Física:** Motricidad. Resistencia. **Tecnología:** Productos tecnológicos, bienes y servicios.

Indicadores de evaluación para la nivelación

*Identifica la estructura del texto instructivo: receta

*Conoce y clasifica verbos, sustantivos y clases de oraciones según la actitud del hablante.

*Reconoce y utiliza adecuadamente números racionales positivos (fracciones y decimales en distintos contextos que le dan sentido.

*Estima, mide y registra cantidades (longitud, peso o capacidad) con la unidad adecuada en función de la situación problemática; teniendo en cuenta expresiones fraccionarias y decimales de uso habitual.

*Elabora respuestas motoras según sus posibilidades, con y sin elementos, en forma individual, con ajuste a situaciones problemáticas.

*Identifica y describe las herramientas de elaboración cuyo objetivo es obtener un producto tecnológico.

*Conoce y valora los hábitos de alimentación saludable.

Desafío: Elaborar un postre saludable para compartir en familia.

Actividades

1) Lee el siguiente texto y responde:

“Brochetas de frutas” :(para 2 porciones o 4 brochetas).

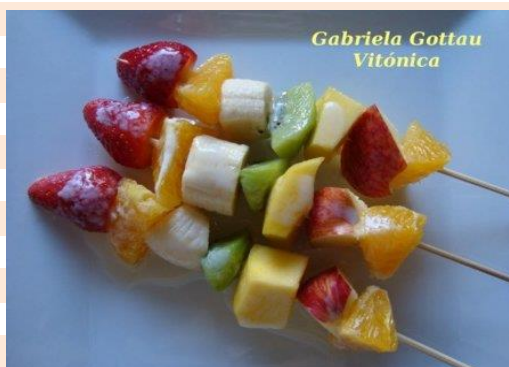
Ingredientes

* 1/4 manzana roja * 2 ½ frutilla
* 1/2 banana * 2/4 kiwi
* 1/2 naranja chica *1/4 de mango

250 gr de yogur de vainilla.

Preparación:

Lavar bien todas las frutas y pelar el mango, la naranja, el kiwi y la banana. Cortar en rodajas de aproximadamente 1 cm de espesor. El resto de las frutas deben cortarse en cubos, excepto las frutillas que sólo les retiramos las hojas y las partimos por su mitad. Salseamos con el **yogur** líquido. Las colocamos en palillos de **brochetas** para armar los pinchos. ¡Listo para comer!



a) ¿Cuál es el título del texto?

b) ¿Comes frutas todos los días?

c) ¿Cuál es tu fruta favorita?

d) ¿Crees que es importante consumir frutas? ¿Por qué?

2)-Marca la opción correcta:

a)- ¿Qué propósito tiene el texto leído?

Informar

entretener

indicar pasos para realizar una acción

3) Extrae de la receta dos verbos y colócale el sinónimo y el antónimo.

Verbos	Sinónimos	Antónimos

4)- Elige un verbo, un sinónimo y un antónimo de la actividad anterior y redacta una oración.

5)- Responde encerrando con un círculo la respuesta correcta:

a)- La receta es un texto poético.

b)- Una receta da instrucciones de cómo armar un juguete.

c)- Las partes de una receta son: TÍTULO, INGREDIENTES y PREPARACIÓN.

6)- Nombra tres juegos donde debas seguir instrucciones.

7)- Escribe la receta del postre saludable que vas a elaborar con ayuda de mamá. Recuerda tener en cuenta sus partes.

¡Seguimos trabajando con los ingredientes del texto “Brochetas de Frutas”!

8) Representa en forma gráfica cada fracción de los ingredientes y escribe cómo se leen las fracciones que representan a la manzana roja y a las frutillas.

9) Lee, analiza y responde:

a) Con estos ingredientes ¿Cuántas brochetas se pueden armar?

b) ¿Qué fracción se necesita de frutillas? ¿Y de mango?

c) ¿Qué fruta se ocupó más? ¿Y qué fruta se ocupó menos?

d) ¿Qué fruta ocupó más de un entero?

10) Representa gráficamente cada fracción de frutas y escribe cuáles representan la misma cantidad: $\frac{2}{3}$; $\frac{4}{6}$ y $\frac{2}{4}$

11) Resuelve:

a) Si para armar las primeras brochetas se ocupó $\frac{1}{4}$ de manzana. ¿Cuánto nos quedó para las próximas brochetas?.

b) Para seguir armando brochetas de frutas se compró en la frutería $2\frac{1}{2}$ de manzanas; 1,500 g. de frutillas; 2 kg de bananas ; 2,500g de naranjas, $3\frac{1}{4}$ kg de kiwi y 3,500g de mango.¿Cuántos kg de frutas se compró?

12) Completa la tabla, teniendo en cuenta que para 2 porciones necesito 250 g de yogurt.

2 porciones	4 porciones	6 porciones	8 porciones	10 porciones
250 g				

13)- Dibuja la pirámide alimenticia.

14)- Escribe qué alimentos saludables consume tu familia y realiza un dibujo de los mismos.

15)-Lee y tacha las opciones que no corresponden para completar los enunciados.

✚ Tu cuerpo crece y tiene que defenderse de sustancias extrañas que lo pueden enfermar. Tienes que incorporar proteínas comiendo: **LECHUGA-CARNES-HUEVOS**

✚ Para estudiar, jugar, correr, hacer deportes, necesitas toda la energía que aportan los hidratos de carbono. Los encontramos en las **PAPAS- LA LECHE-LAS LENTEJAS-LOS FIDEOS.**

✚ Para que todos los nutrientes puedan cumplir con su función, es imprescindible la presencia de: **JUGO-AGUA-CHOCOLATADA.**

16) **Jugamos “Hábitos saludables”** El siguiente juego consiste en una competencia entre dos o más participantes. Se les hace una pregunta y después de escuchar **Verdadero** o **Falso**, los participantes deben, inmediatamente, correr unos 5 metros, tocar una pared y volver a la posición de salida. El primero en llegar debe responder a la pregunta antes realizada con

Verdadero o Falso. Si el participante responde correctamente suma 10 puntos, pero si responde incorrectamente, le da la posibilidad al otro participante de contestar correctamente.

El primero en llegar a 50 puntos, será el ganador. El Papá o la Mamá son los encargados de hacer las preguntas.

Cuestionario, sólo los Papás pueden leer:

a)- ¿Es verdad que se recomienda consumir dos litros de agua diarios? ¿Verdadero o Falso?
(Verdadero)

b)- ¿Es verdad que las Gaseosas pueden reemplazar el agua? ¿Verdadero o Falso? (Falso)

c)- ¿Debe incluirse el pescado dentro de nuestras comidas semanales? ¿Verdadero o Falso?
(Verdadero)

d)- Dicen que el desayuno no es tan importante. ¿Verdadero o Falso? (Falso)

e)- ¿Es verdad que debemos tener cuatro alimentos al día? ¿Verdadero o Falso? (Verdadero)

Se recomienda que los papás inventen 5 preguntas más, para que el cuestionario llegue a 10 preguntas.

Nota: Al finalizar este juego, utilizamos los ejercicios de flexibilidad para recuperar y descansar los músculos. Hacer todos los ejercicios con calma y a baja intensidad.

La **Tecnología** juega un papel muy importante en la elaboración de productos alimenticios, ya que proporciona los medios necesarios para la creación de objetos y herramientas (utensilios, electrodomésticos, etc., productos elaborados, técnicas de conservación), procesos de fabricación....

De nosotros depende el control y los buenos hábitos de consumo para mantener sano nuestro cuerpo.

¡Es momento de aplicar lo trabajado!

17)- ¡ANÍMATE A CREAR TU PROPIO POSTRE SALUDABLE!

18)- ¿Cuáles son sus ingredientes?

19)- ¿Cuáles son los elementos o utensilios que utilizas para elaborar un postre?

20)- Dibuja cada paso (técnica) de la elaboración de un postre saludable.

Ahora, después de haber completado la guía, ya estás listo para realizar un audio o un video explicando cómo elaboraste el postre, los ingredientes que utilizaste y cómo te sentiste al realizarlo.

¡Listo! A disfrutar de tu delicioso postre saludable.

Vicedirectora: Mabel Elia Rios

Directora: Stella Maris Oriz