

## **GUÍA PEDAGÓGICA Nº 23 DE RETROALIMENTACIÓN(1)**

**Escuela:** Maestro José J Berrutti. C.U.E: 7000464-00

**Docente:** Silva, Verónica

**Grado:** 3ero **Turno:** Jornada completa

**Áreas Integradas:** Matemática, Lengua, Cs Sociales, Cs Naturales y Formación Ética.

**Título de la propuesta:** \* **LOS PEQUEÑOS SUPERHEROES DEL MAÑANA\***

### **Contenidos:**

\***MATEMÁTICA:** Números naturales, situaciones problemáticas de cálculo mental.

\***LENGUA:** Escucha y lectura comprensiva de textos leídos o expresados en forma oral.

Sustantivos, adjetivos y verbos.

\***CIENCIAS SOCIALES:** Circuitos productivos. Actividades rurales.

\***CIENCIAS NATURALES:** Hábitos saludables.

\***FORMACIÓN ETICA Y CIUDADANA:** Derechos de los niños en particular a la alimentación y a la salud.

### **Indicadores de evaluación para la nivelación:**

- \*Efectúa cálculos mentales de suma.
- \* Resuelve cálculos mentales de resta.
- \*Razona y resuelve situaciones problemáticas de multiplicación.
- \*Comprende lo que lee.
- \*Reconoce la secuencia de las acciones de un texto narrativo.
- \*Emite una opinión relacionada con la alimentación saludable.
- \*Distingue hábitos saludables en la alimentación.
- \*Identifica las etapas del circuito productivo.
- \*Reconoce los verbos.
- \*Distingue las palabras que son sustantivos.
- \*Identifica los adjetivos.
- \*Distingue alimentos saludables y no saludables.
- \*Elabora un menú saludable que incluya las cuatro comidas diarias.

### **DESAFIO: ELABORAR UN MENU SEMANAL SALUDABLE.**

#### **ACTIVIDADES:**

#### **ÁREA LENGUA:**

Contenidos: Escucha y lectura comprensiva de textos leídos o expresados en forma oral.

1-Lee en familia el siguiente texto:

### Alfredo y las verduras

Había una vez un niño llamado Alfredo al que no le gustaban las verduras. Cada vez que su mamá hacía alguna deliciosa ensalada o sopa, se negaba rotundamente a comer, porque decía que su aspecto era extraño, aunque lo cierto es que no podía decir mucho de su sabor, porque nunca las había probado.

Alfredo tenía una fuerte gripe.

Después de ese día, seguía comiendo lo que a él más le gustaba. Alfredo era un niño muy enérgico, jugaba al fútbol con sus amigos y nunca faltaba a clases, y así era todo hasta que un buen día, comenzó a toser sin parar. Su mamá preocupada lo llevó al doctor para saber que tenía. En el hospital un amable señor de lentes redondos y bata blanca lo revisó y llegó a la conclusión de que el niño tenía una fuerte gripe.

-Tiene bajas las defensas. Dijo el doctor- Debe tomarse su medicina, tomar mucha sopa y comer vegetales.

-Sopa y vegetales no-Suplicó Alfredo- No me gustan, ni siquiera es comida de verdad. - Claro que lo es –Aseguró el doctor- Es mucho más sana y nutritiva de lo que puede ser una hamburguesa o una pizza, y también es mucho más deliciosa.

-Hay que comer saludable, apreciar y disfrutar de lo que nos hace bien. Sigue una dieta sana y crecerás grande y fuerte- Alfredo se quedó en silencio mientras su madre tomaba nota del remedio y agradecía al doctor por todo.

De camino a casa su mamá entró en un supermercado, pasó por la zona de golosinas, y el niño tuvo la esperanza de que mamá le comprara alguna galleta, pero ella siguió de largo, rumbo al lugar de vegetales y frutas.

- Estoy moribundo y en vez de mimarme planeas torturarme mamá.

Su mamá solo reía al escucharlo. Y Alfredo al llegar a casa ya se había resignado a comer “esas cosas verdes”. Mamá contenta hizo sopa y otras deliciosas comidas con mucha verdura, y luego picó muy pequeñas las frutas y las puso en un bol para el postre.

Sirvió varios platos frente a su pequeño y con una sonrisa ella también se sentó a comer.

-No sabrás si te gusta si no lo pruebas –Aseguró su mamá.

Alfredo se llenó de valor y tomó una cucharilla. Luego, apretando mucho los ojos, se llevó a la boca una cucharada de sopa y al instante se sorprendió del delicioso sabor, nunca imaginó que sabría así de bien.



Emocionado y contento, comió hasta dejar los platos vacíos.

2-Completa cada oración según lo que expresa el texto:

\*El niño .....no le gustaban las.....

\*Alfredo era un niño muy enérgico,.....

\*Alfredo tenía una fuerte.....

3- Reflexiona:

- a)- ¿Por qué Alfredo tenía bajas las defensas?
- b)-¿Qué consejo le da el doctor?
- c) ¿Te gustan las verduras?
- d) ¿Por qué es tan importante que los bebés y los niños tomen leche?

4-Busca en los envases de leche la información nutricional y con la ayuda de la familia responde estas preguntas:

- a) ¿La alimentación del adulto es igual a la del niño? ¿Qué diferencias hay? Y ¿Por qué?

5-Marca con una cruz(x) las acciones o hábitos que nos enseñan a vivir de manera saludable.



Comer comida chatarra todos los días...

Usar ropa limpia.

Jugar varias horas con videojuegos.

Hacer deportes o ejercicios.

Respetar las cuatro comidas diarias.

Bañarse diariamente.

Visitar al médico periódicamente.

Dormir poco.

Lavarse los dientes, 2 veces al día.

Tomar mucha agua.

ÁREA: MATEMÁTICA

Contenidos: situaciones problemáticas con cálculo mental.

1-Resuelve:

\*De compras a la verdulería\*

Alfredo y su mamá pasan por la verdulería, mientras mamá realiza el pedido, Alfredo piensa estas situaciones:

\*el kilo de papa \$60

\*el kilo de zanahorias \$70

\*el kilo de zapallito \$40

\*el kilo de naranjas \$80

\*el kilo de bananas \$120

\*el kilo de duraznos \$80



- a) Si traigo \$100 que puedo comprar sin que me den vuelto?
- b) ¿Cuál es la fruta más cara?
- c) Si compro un Kg de todas las verduras, ¿cuánto me gasto?

ÁREA: CIENCIAS SOCIALES.

Contenidos: Circuito productivo. Actividades rurales.

Reflexiona:

- a) ¿Cómo llegan las verduras y frutas a nuestra mesa? ¿Qué caminos deben recorrer?

Investiga y escribe todas las ETAPAS desde que se siembran las verduras y llegan a nuestra casa.

Seguramente en tu familia han realizado alguna vez una HUERTA. Pregunta:

- a) ¿Cómo La realizaron?
- b) ¿Qué información se debe tener antes?
- c) ¿Qué verduras sembraron?
- d) ¿Qué comidas se preparan con esas verduras?

ÁREA: MATEMÁTICA.

Contenido: Situaciones Problemáticas.

Verduras	1Cajón /20kilos	Total de kilos
papas	2 cajones	.....
Tomate	3 cajones	.....
cebollas	4 cajones	.....

1- Resuelve.



¿Cuántos kilos de verdura cargará Juan en su camioneta?.....

ÁREA: LENGUA

Contenidos: Adjetivos, sustantivos y verbos.

1\_ Relee el texto: ALFREDO Y LAS VERDURAS.

2\_ Ubica en el siguiente cuadro las palabras que aparecen en el texto:

Enérgico-delicioso-nutritivas- probo-Alfredo-verde-verduras-hamburguesa-salió.

sustantivos	adjetivos	verbos

ÁREA: CIENCIAS NATURALES.

Contenidos: Hábitos saludables.

¡QUE APETITO!

El doctor le dijo a Alfredo que debía comer **SALUDABLE** . Agrupa los alimentos según donde corresponda:

\*leche-huevos-gaseosas-frutas-papas fritas-jugos naturales-hamburguesa-carne -pan-manteca-golosinas-agua y panchos. Colocar a cada alimento un adjetivo como muestra el ejemplo.

ALIMENTOS SALUDABLES	ALIMENTOS NO SALUDABLES
Leche nutritiva	Gaseosa dañina.

Responde:

- a) ¿Por qué Alfredo no comía verduras?
- b) ¿Por qué la mama llevo a Alfredo al médico?
- c) ¿Qué consejos le dió el doctor al niño?
- d) ¿Las pizzas y las hamburguesas son nutritivas?

**\*UN SUPERHEROE SALUDABLE\***

1-Elabora con la ayuda de tu familia **\*UN MENÚ SEMANAL SALUDABLE Y VARIADO\*** que te ayude a crecer sano. Debes considerar las 4 comidas diarias más importantes por día.



ÁREA: FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA.

Contenidos: Derechos del niño a la alimentación y la salud.

1-Lee y reflexiona junto a la familia:

ES IMPORTANTE QUE LOS PADRES TENGAN EN CUENTA QUE ES LO MAS SANO PARA SUS HIJOS, QUE ALIMENTOS HAY QUE DARLES Y EN QUE MOMENTO HAY QUE HACERLO.

UNA BUENA ALIMENTACIÓN DESDE LA NIÑEZ PREVIENE ENFERMEDADES POR LA FALTA DE CALCIO, HIERRO Y VITAMINAS.

SABÍAS QUE.....La responsabilidad principal de garantizar el derecho a la alimentación corresponde a las autoridades nacionales y sus instituciones.

**\*LOS PLANES DE VACUNACIÓN.**

**\*LA ENTREGA DE LECHE AL RECIEN NACIDO.**

**\*LA ATENCIÓN MÉDICA.**

Son algunos de los derechos que tienes y los padres son los encargados de hacer que se cumplan.

La escuela también asume la responsabilidad compartida con las familias respecto a la alimentación y los hábitos de higiene, evitando que los alumnos tengan problemas relacionados con la alimentación, por ejemplo, las caries por el abuso de las golosinas o la obesidad por el consumo de grasas.

Con la ayuda de la familia realiza una lista de los **HABITOS ALIMENTICIOS** que nos ayudan a cuidar la salud. Por ejemplo:

\*asearnos y sentarnos para disfrutar de la comida.

1-Responde las siguientes preguntas:

- a) ¿Que desayunas diariamente?
- b) ¿Cuál es tu comida preferida?
- c) ¿Por qué es importante alimentarnos?
- d) Si practicamos un deporte, ¿será necesario recibir una buena alimentación?
- e) ¿Qué alimentos nos ayudan a **crecer sanos**?

2- Confecciona una lámina con **MENSAJES Y DIBUJOS** que nos ayuden a cuidar la **SALUD**



Reflexiona y responde:

- a) ¿Qué aprendiste en esta guía?
- b) ¿Qué dificultades tuviste?
- c) ¿Para qué te ha servido?
- d) ¿Qué es lo que más te gusto?

Directora. Lizzie Robledo