

GUÍA PEDAGÓGICA N° 23 DE RETROALIMENTACIÓN – Grupo N° 3.

Escuela: Ingeniero Félix Aguilar.

Docentes: Yacante Analía, Rossi Paola, Sarmiento Cesira

Grado: Tercero A, B, C. Turno: mañana.

Áreas: Ciencias Sociales- Lengua- Matemática- Ciencias Naturales- Formación Ética y Ciudadana.

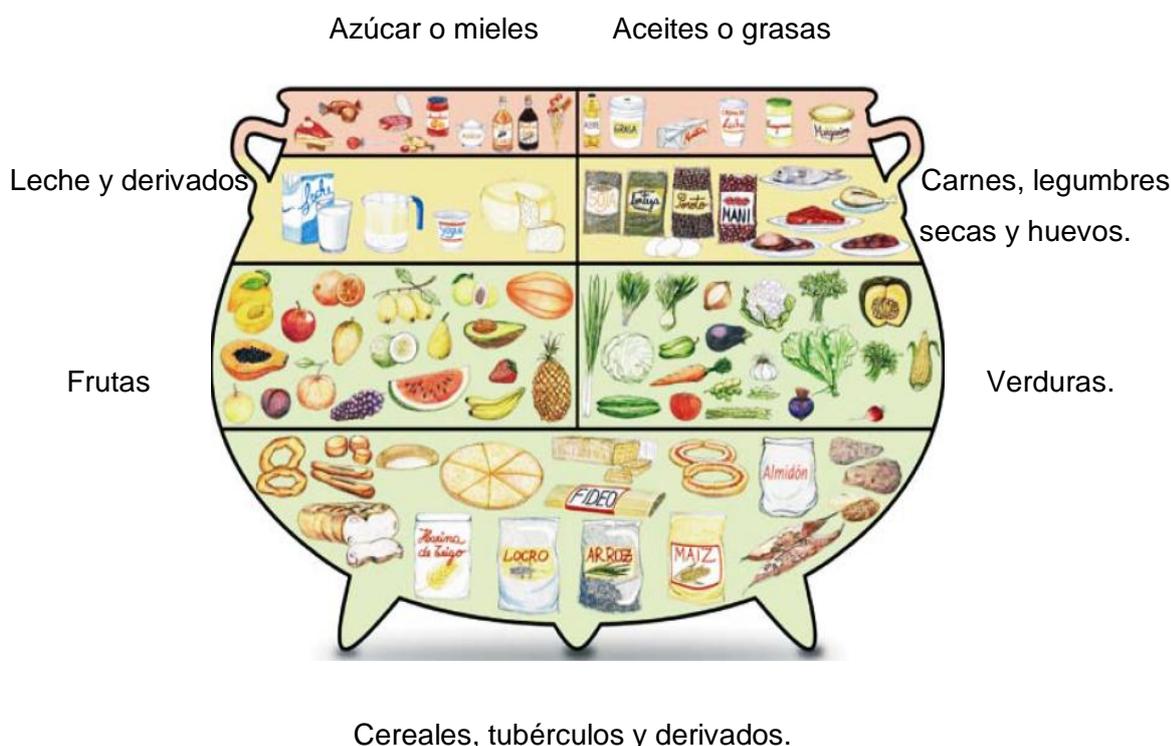
Título de la propuesta: **Alimentación sana, cuerpo saludable.**

Contenidos: **Lengua:** Lectura comprensiva de un texto. Clase de palabras: sustantivo, adjetivo, verbo. Oración y párrafo. **Ciencias Sociales:** Actividades productivas de la zona. **Naturales:** Alimentos saludables y no saludables. **Matemática:** Situaciones problemáticas. Multiplicaciones y divisiones sencillas. **Formación Ética y Ciudadana.** Normas y costumbres de alimentación.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

- Lee y comprende el texto.
- Identifica sustantivo, adjetivo y verbos
- Identifica los grupos de alimentos de la olla nutricional.
- Diferencia alimentos saludables de los no saludables
- Resuelve situaciones problemáticas utilizando diferentes operaciones.
- Reconoce los beneficios de la alimentación saludable.

Actividades. 1-Observa atentamente la siguiente imagen.



**700048600_ingenierofélixaguilar_tercergrado_retroalimentación_guíaN°23_grupo3.p
df**

2-Responde: a- ¿Qué se puede observar en la imagen?

b- ¿En cuántos grupos se dividen los alimentos según la imagen?

c- ¿Qué alimentos de esos consumes?

3-Lee atentamente la siguiente información.

Grupos de alimentos de la Olla nutricional

Los alimentos clasifican en siete grupos, los que se presentan gráficamente en la Olla nutricional

A continuación, un cuadro con ejemplos de alimentos de consumo habitual que corresponden a cada grupo.

Cereales Derivados de cereales y tubérculos	Frutas	Verduras	Leche y derivados	Carnes	Azúcares	Grasas
Maíz, arroz, avena, Fideos y harina.	Pomelo, naranja, mandarina, limón, frutilla, melón, sandía, banana, pera, manzana , uva y durazno.	Acelga, berro, espinaca , perejil, cebollita de hoja, zanahoria, tomate, lechuga, zapallo, calabaza , choclo, remolacha, repollo, cebolla, pepino, berenjena, ajo, arveja	Leche, yogur y queso.	De vaca, de pollo o gallina, de cerdo, de pescado, de animales silvestres, menudencias (hígado, corazón, riñón). Legumbres secas: porotos, soja, arveja seca, lenteja, maní; y huevos de gallina,	Azúcar blanca, azúcar morena; o mieles: de caña, de abeja; mermeladas, dulces, jaleas, golosinas, confites y tortas.	Manteca, crema de leche, margarina , mayonesa , manteca vegetal, grasa de cerdo, grasa de vaca, grasa de gallina; o aceites: de soja, de maíz, de girasol.

		fresca, rabanito, coliflor y brócoli.		codorniz, guinea o de pato.		
--	--	--	--	-----------------------------------	--	--

4-Analiza y responde. a- ¿Para qué sirve la olla nutricional?

b- ¿Cuáles son los grupos de alimentos? Mencionalos.

5-Dibuja la olla vacía en tu cuaderno y completa con el nombre de cada grupo de alimentos.

6-Escribe o dibuja en cada uno el alimento que consumes con frecuencia.

7-Lee atentamente el siguiente texto.

Beneficios de la alimentación saludable.

Los alimentos aportan elementos (nutrientes) que sirven para realizar todas las funciones del organismo, tales como respirar, mantener la temperatura corporal, digerir los alimentos, crecer y realizar actividad física. Además, son necesarios para reparar los órganos y tejidos del cuerpo y mantener las defensas en óptimas condiciones.

Los niños que se alimentan de manera equilibrada y con alimentos variados: crecen y se desarrollan sanos y fuertes; tienen suficiente energía para estudiar y jugar; están mejor protegidos contra enfermedades.

Consumir diariamente alimentos de los 7 grupos de la olla nutricional proporciona beneficios que ningún alimento por sí solo es capaz de lograr. Es recomendable distribuir los alimentos que se necesitan consumir a lo largo del día, en cinco comidas: desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena.

8-Colorea mayúsculas, punto final, punto y aparte.

9-Marca con [] las oraciones y con {} los párrafos, enumera cada párrafo.

10-Piensa y completa.

- El título del texto es:
- El tema que trata es:

11-Responde: a- ¿Qué aportan los alimentos?

b- ¿Para qué son necesarios los alimentos?

c- ¿Qué sucede cuando la alimentación es equilibrada y variada?

d- ¿Qué es lo recomendable?

12-En esta sopa hay 4 **acciones** en vertical. Encuéntralas y rodéalas.

D	E	A	Y	R	A	C	D	Q
C	J	L	H	D	C	R	E	A

O	E	I	G	I	O	E	S	S
M	R	M	F	S	N	C	A	W
E	C	E	N	T	S	E	R	Z
R	I	N	N	R	U	R	R	X
E	T	T	M	I	M	E	O	R
S	A	A	E	B	I	T	L	T
S	R	R	R	U	R	R	L	Y
T	S	S	T	I	T	R	A	Y
Y	E	E	Q	R	Y	B	V	U

13-Agrega un adjetivo a cada sustantivo.

Naranja.....

leche.....

Zanahoria.....

queso.....

Zapallo.....

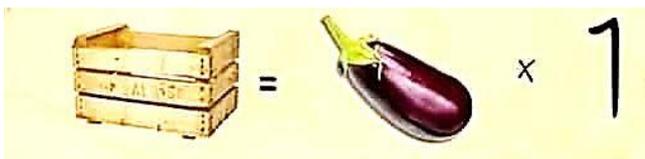
Hamburguesas.....

14-Interpreta y resuelve.

a-En un cajón de frutas se puede cultivar:



Rúculas.



Planta de Berenjenas.



Cilantros



Planta de sandía

♦ Teniendo cuenta los datos anteriores piensa y completa.

	Cultivo de			
cajones	Rúculas	Berenjenas	Sandía	Cilantro
2	10	2	2	40
3				
4				

b-Mauro quiere cultivar y tiene estos datos. Piensa y marca la opción correcta.

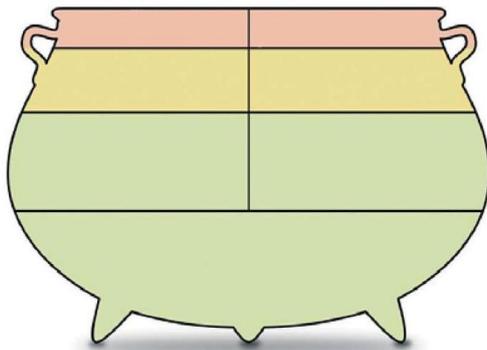


- a- ¿Cuántos cajones necesita para cultivar 8 plantas de albaca?
3__ 2__ 6__
- b- ¿Cuántos cajones se necesitan para cultivar 6 plantas de ají?
2__ 3__ 8__
- c- ¿Cuántos cajones necesito para cultivar 10 plantas de pimientos?
3__ 5__ 9__

Trabajo Final. Realiza el juego “Bingo de los alimentos”, utilizando como base la Olla nutricional.

Material:

- Olla nutricional trabajada anteriormente.
- Semillas, piedritas, botones.



1-Para desarrollar el juego, debes ir mencionando en voz alta el nombre de un alimento, intercalando entre los diferentes grupos de la Olla nutricional, hasta mencionarlos todos.

2-Luego de cada mención debes darles un tiempo a los jugadores para que ubiquen dicho alimento en la Olla y marquen si lo suelen consumir (con una semilla u otro elemento); en caso contrario no lo deben marcar.

3-El juego sigue hasta que menciones todos los alimentos que aparecen en la Olla. Al finalizar, pide a cada jugador que cuente la cantidad de alimentos de cada grupo que marcó en su Olla y que anote en su cuaderno la cantidad correspondiente a cada grupo.

700048600_ingenierofélixaguilar_tercergrado_retroalimentación_guíaN°23_grupo3.pdf

4-Al finalizar el juego, comenta con tu familia sobre la importancia de consumir diariamente alimentos de los 7 grupos de la Olla nutricional.

Explícales que los alimentos aportan elementos o nutrientes que sirven para realizar todas las funciones del organismo y que los niños que se alimentan de manera equilibrada y con alimentos variados, crecen y se desarrollan sanos y fuertes; tienen suficiente energía para estudiar, jugar y estar mejor protegidos contra las enfermedades.

5-Para finalizar concluyan que consumir diariamente alimentos de los 7 grupos de la Olla nutricional proporciona beneficios que ningún alimento por sí solo puede lograr.

Envía fotos, video o audio explicando sobre lo trabajado en este juego y los resultados obtenidos.

Directora: Alejandra Moncho.

Vicedirector: Miguel Quiroga.