

GUÍA PEDAGÓGICA N° 23 DE RETROALIMENTACIÓN – Grupo N° 2.

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

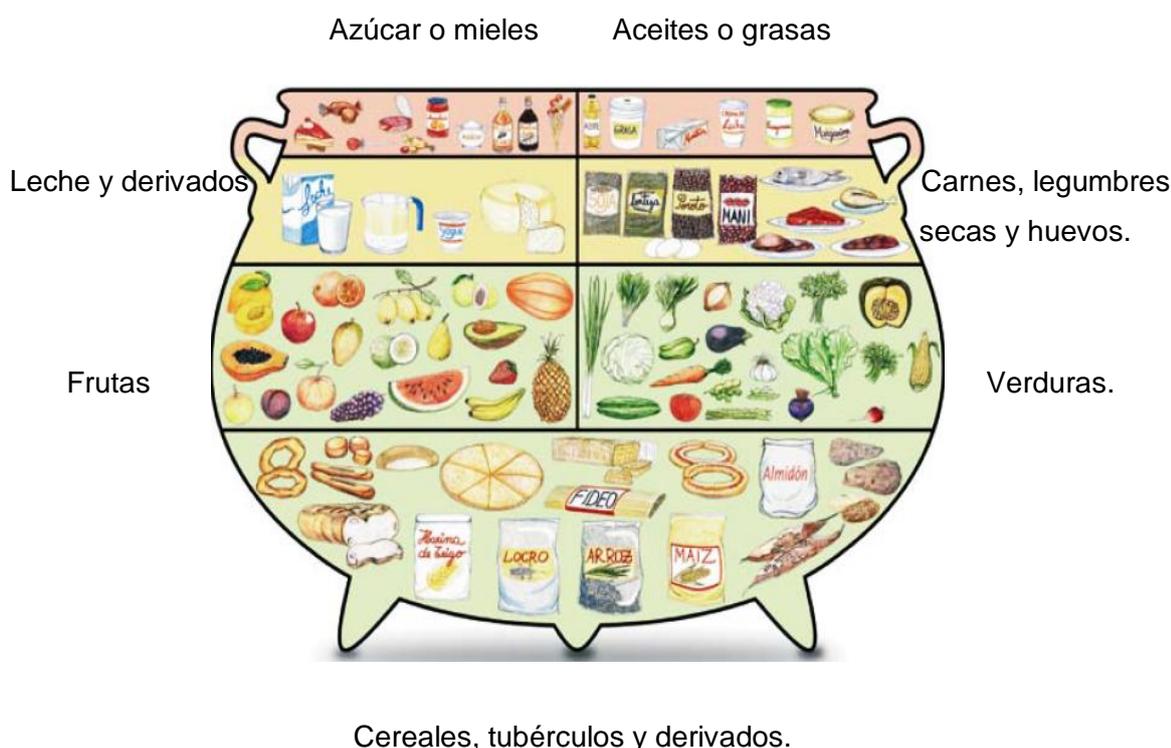
Título de la propuesta: **Alimentación sana, cuerpo saludable.**

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

Indicadores de evaluación para la nivelación:

- Lee y comprende el texto.
- Identifica los grupos de alimentos de la olla nutricional.
- Identifica sustantivo, adjetivo y verbos
- 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.



- 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 el siguiente texto.

Grupos de alimentos de la Olla nutricional

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

A continuación, se mencionan ejemplos de alimentos de consumo habitual que corresponden a cada grupo.

1-Cereales: maíz, arroz, trigo, avena. Tubérculos: mandioca, batata. Derivados de cereales y tubérculos: harina de trigo, panificados, fideos, harina de maíz, fariña, almidón.

2-Frutas: mango, pomelo, naranja, mandarina, limón, guayaba, frutilla, melón, piña, aguacate, mamón, sandía, banana, pera, manzana, uva, níspero, durazno, chirimoya,

3-Verduras: acelga, berro, espinaca, perejil, cebollita de hoja, zanahoria, tomate, lechuga, zapallo, calabaza, choclo, remolacha, repollo, cebolla, pepino, berenjena, ajo, arveja fresca, rabanito, coliflor, brócoli.

4-Leche y derivados: leche, yogur, queso, cuajada.

5-Carnes: 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, codorniz, guinea o de pato.

6-Azúcares: azúcar blanca, azúcar morena; o mieles: de caña, de abeja; mermeladas, dulces, jaleas, golosinas, confites y tortas.

7-Grasas: 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, de algodón.

4 -Con la información obtenida completa con el nombre de cada grupo.

Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Grupo 4	Grupo 5	Grupo 6	Grupo 7

- 5-Analiza y responde. a- ¿Qué representa la olla nutricional?
b- ¿Cuáles son los grupos de alimentos?
c-Dibuja la olla vacía en tu cuaderno y completa con el nombre de cada grupo de alimentos.
d-Escriba o dibuja en cada uno el alimento que consumes con frecuencia.

6-Lee atentamente el siguiente texto.

Beneficios de la alimentación saludable

700048600_ingenierofélixaguilar_tercergrado_retroalimentación_guíaN°23_grupo2.pdf

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.

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

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

9-Coloca una X en la respuesta correcta.

El texto leído busca convencernos para comprar un producto_____

El texto leído busca informar sobre los beneficios de una buena alimentación_____

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.

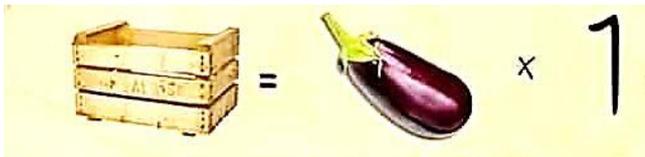
Naranja.....	leche.....
Zanahoria.....	queso.....
Zapallo.....	Hamburguesas.....

14-Interpreta y resuelve.

a-En un cajón de frutas se puede cultivar:



Rúculas.



Planta de Berenjenas.



Cilantros

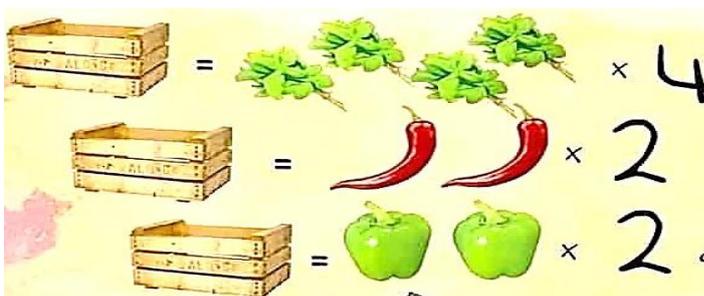


Planta de sandía

♦ Teniendo cuenta los datos anteriores piensa y completa.

	Cultivo de			
cajones	Rúculas	Berenjenas	Sandía	Cilantro
4	20	4	4	80
5				
10				

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



albahacas

Plantas de ajíes

Plantas de pimientos

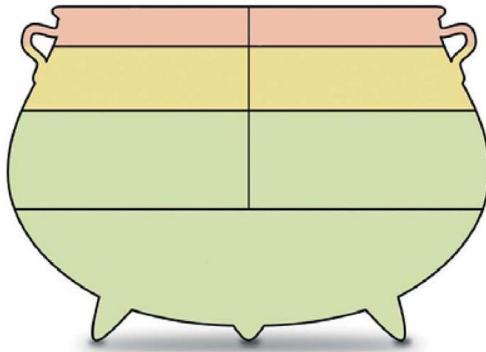
**700048600_ingenierofélixaguilar_tercergrado_retroalimentación_guíaN°23_grupo2.p
df**

- a- ¿Cuántos cajones necesita para cultivar 16 plantas de albacá?
3__ 4__ 6__
- b- ¿Cuántos cajones se necesitan para cultivar 8 plantas de ají?
2__ 4__ 8__
- c- ¿Cuántos cajones necesita para cultivar 12 plantas de pimientos?
3__ 6__ 9__

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

Material didáctico:

- 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.

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.

700048600_ingenierofélixaguilar_tercergrado_retroalimentación_guíaN°23_grupo2.pdf

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

Directora: Alejandra Moncho.

Vicedirector: Miguel Quiroga.