

Guía Pedagógica N°23 de Retroalimentación

Grupo: 3

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 y sustantivos.

- *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 y 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.

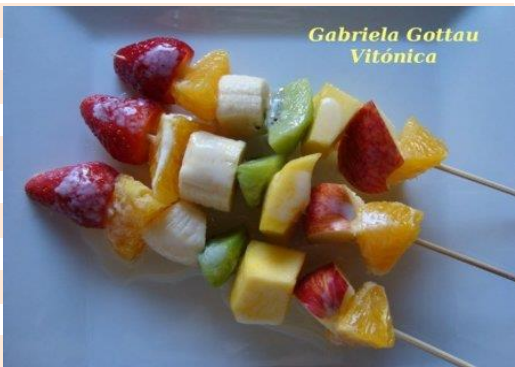
*Identifica y describe las herramientas de elaboración cuyo, objetivo es obtener un producto tecnológico.

*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) ¿Cuál es tu fruta favorita?
- c) ¿Crees que es importante consumir frutas? ¿Por qué?

2) Completa:

- a) La receta es un texto.....
- b) Para realizar una receta debo seguir.....

3) Marca con una X (cruz) la opción correcta.

En las instrucciones:

- *La información está desordenada.
- *Se explica paso por paso lo que hay que hacer.
- *La información es clara y ordenada.
- *Primero se da el procedimiento y luego los ingredientes o materiales.
- *Primero se escribe la lista de materiales o ingredientes y luego el procedimiento.

4)- Menciona la receta del postre que más te gusta.

5)- Extrae dos verbos del texto y escribe sus sinónimos.

6)- Nombra una de las partes de la receta.

7)- Escribe la receta del postre saludable que vas a elaborar con ayuda de mamá.

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

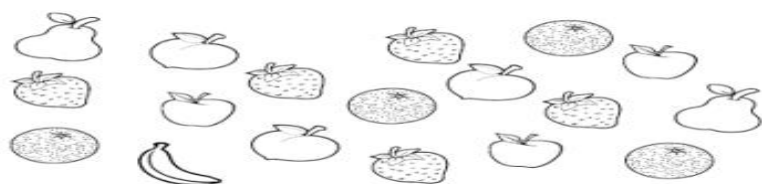
8) Representa gráficamente cada fracción de los ingredientes de la receta.

9) Escribe cómo se lee la fracción que indica la cantidad de kiwi y de mango.

10) Lee, analiza y responde:

- a) Con estos ingredientes ¿Cuántas brochetas se pueden armar?
- b) ¿Qué fruta se ocupó más? ¿Y qué fruta se ocupó menos?
- c) ¿Qué frutas representan la misma cantidad?

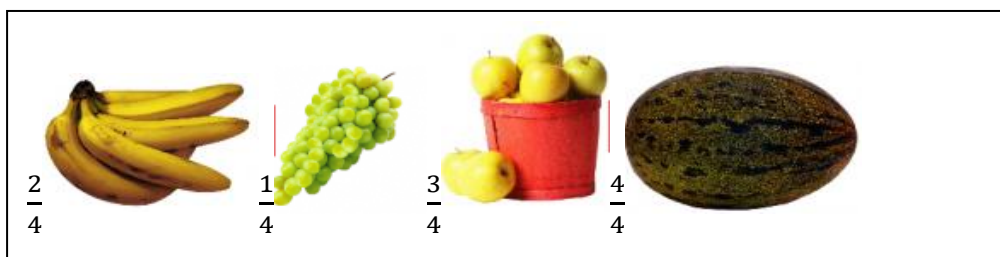
11) Para seguir armando brochetas se compró en la frutería una bolsa con:



a) ¿Cuántas frutas compró en total?

b) ¿Qué fracción representan las peras, frutillas, bananas y duraznos del total de frutas?

12) Observa el peso de cada fruta e inventa una situación problemática donde tengas que operar con al menos tres fracciones y resuélvelo.



13) 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				

14)- Busca, recorta y pega alimentos saludables y realiza el grafico de la alimentación.

15)-Escribe dos alimentos saludables de origen animal, vegetal y mineral que consumes a diario.

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.

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.

17) 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!

¡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 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.

Directora: Stella Maris Oriz

Vicedirectora: Mabel Elia Rios