

Guía Pedagógica N°23 de Retroalimentación

Grupo: 1

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, sinónimos, antónimos 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 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).

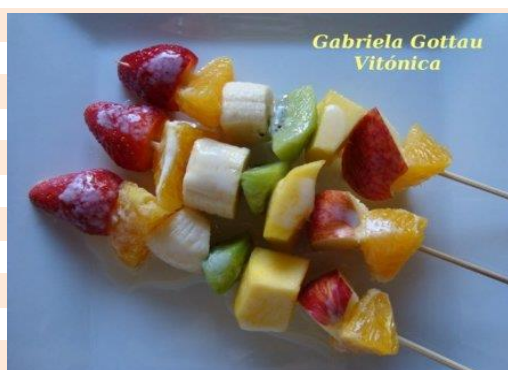
Ingredientes

- | | |
|---------------------|----------------|
| * 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!



- ¿Cuál es el título del texto?
- ¿Comes frutas todos los días?
- ¿Cuál es tu fruta favorita?
- ¿Te parece importante consumir frutas?

2)-Marca la opción correcta.

a)- ¿Qué propósito tiene el texto leído?

Informar entretener indicar pasos para realizar una acción

b)- Según su propósito, cómo clasificarías este tipo de texto:

Texto instructivo Cuento Poesía Leyenda

3)-Piensa y responde

a)- En la redacción de la “**preparación**” de una receta ¿qué clase de palabras se utilizan?

Marca con una X

sustantivos

adjetivos

verbos

4) Nombra las partes de la receta.

5)-Extrae del texto tres verbos y tres sustantivos.

6)-Nombra tres ejemplos de textos instructivos.

7)- Ordena los pasos de la receta colocando los números que correspondan.

- El resto de las frutas deben cortarse en cubos.
- Lavar bien todas las frutas y pelar el mango, la naranja y el kiwi.
- Las colocamos en palillos de brochetas para armar los pinchos.
- Salseamos con el yogur líquido.

8)- Coloca el antónimo y el sinónimo de las palabras subrayadas según se indique:

Se cortaron las frutas para armar las brochetas.

Se las frutas para las brochetas. (sinónimos)

Se las frutas para las brochetas. (antónimos)

9)- Lee y anota qué clase de oración es, según la actitud del hablante:

Lavar bien todas las frutas y pelarlas. Es una oración:

10) Transforma la oración anterior en una oración desiderativa.

11)- Escribe la receta del postre saludable que vas a elaborar con ayuda de mamá y marca sus partes.

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

12) Representa en forma gráfica cada fracción de los ingredientes y coloca si es fracción propia, impropia o número mixto.

13) Lee, analiza y responde:

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

- b) ¿Cuántas porciones obtenemos?
- c) Según la receta ¿qué fracción se necesita de frutillas? ¿Y de mango?
- d) ¿Qué fruta se ocupó más? ¿Y qué fruta se ocupó menos?
- e) ¿De qué fruta se ocupó más de un entero?
- f) ¿Qué frutas representan la misma cantidad?

14) Descubre si las siguientes fracciones de frutas son equivalentes: $\frac{2}{3}$ y $\frac{8}{12}$, $\frac{2}{4}$ y $\frac{3}{8}$

15) Elige una fracción del punto anterior y completa.

Fracción	Numerador	Se lee	Denominador	Se lee

16) Convierte las siguientes fracciones a expresión decimal y escribe cómo se leen:

$$\frac{12}{10}, \quad \frac{23}{100}, \quad \frac{126}{1000}$$

17) Resuelve:

a) Para seguir armando brochetas de frutas, se compró en la verdulería $2\frac{1}{2}$ kg de manzanas; **1,500g de frutillas; 2 kg de bananas; 2,500g de naranjas; $3\frac{1}{4}$ kg de kiwis y 3,500g de mangos.** ¿Cuántos kg de frutas se compró?

b) Teniendo en cuenta que para 2 porciones necesito 250 g de yogurt. Completa la siguiente tabla:

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

18)-Observa la siguiente imagen y responde:



a) ¿Qué fracción representan los carbohidratos y los vegetales?

b) ¿Qué alimento nutritivo podrías agregar a este plato?

19)-Completa con **V** o **F**

a)- Un plan alimentario basado solo en carnes cubre todas las necesidades del organismo.

b)- Conviene comer en locales de comidas rápidas con exceso de grasa y sal.

c)- Una dieta sana contiene todos los nutrientes.

20) Confecciona el gráfico alimenticio que consumes en tu hogar.

21) **Jugamos a los “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 **V** o **F**. Si el participante responde correctamente suma 10 puntos, pero si responde incorrectamente, le da la posibilidad de contestar a otro participante.

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.

22) 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!

23)- ¿Cuáles son los ingredientes del postre que prepararás?

24)- ¿Cuáles son los elementos que utilizan para elaborar un postre?

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

26)- **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 Ríos

Directora: Stella Maris Oriz