

GUÍA PEDAGÓGICA N° 23 DE RETROALIMENTACIÓN

Grupo N°2

Escuela: Arturo Beruti

CUE: 7000187-00

Docente: Fernández, María Fabiola

Grado: Cuarto

Turno: Mañana

Áreas: Lengua, Ciencias Naturales, Ética.

Título de la propuesta: “El tomate, un producto sanjuanino que en los platos no debe faltar”.

Contenidos: Lengua. Lectura y producción escrita. Desarrollo de estrategias de lectura adecuadas a la clase de texto y al propósito de la lectura. Ciencias sociales. Los espacios rurales y urbanos de la provincia y de la Argentina. Los actores sociales y los circuitos productivos y agroindustriales. Matemática. Números y operaciones. Uso de las fracciones en la vida para expresar: El resultado de un reparto, una medida, la relación entre parte y todo. Ciencias Naturales. Origen de los materiales. Materia prima. Propiedades de los materiales. Formación Ética y Ciudadana. La presencia y la valoración, en situaciones reales y ficticias.

Indicadores:

- Recupera información explícita del texto.
- Usa la escritura para registrar y elaborar la información.
- Interpreta, compara y registra una medición, un reparto o una partición a través de distintas escrituras con fracciones.
- Resuelve situaciones problemáticas empleando las operaciones básicas.
- Reconoce hábitos alimentarios saludables y no saludables.
- Reconoce y ubica en la provincia de San Juan los departamentos productores de tomate.
- Distingue y nombra algunas propiedades del tomate.
- Elabora un sencillo menú incorporando nutrientes saludables.

Desafío: Elaborar un menú para el almuerzo, compuesto por una entrada, un plato principal y un postre; donde el ingrediente principal sea el tomate.

Actividades.

ÀREA: Lengua

1) Observar y leer el siguiente texto.

Ingredientes

- 500 g de tomates
- 250 g de azúcar
- El zumo de un limón



Pasos a seguir para esta receta:

1º Lo primero que debes hacer antes de preparar la mermelada de tomates es pelar y trocear todos los tomates. Si te cuesta un poco pelar los tomates, te recomendamos que les hagas una cruz en la base, pongas agua a hervir y los calientes durante unos segundos. Seguro que así no tendrás problemas para retirar la piel.

2º Una vez pelados y troceados, pesa los tomates para equilibrar la cantidad de azúcar. Para hacer la mermelada de tomate necesitarás calcular el azúcar en función del peso de los tomates. Debes utilizar la mitad del peso de tomates en azúcar. Así, si ahora son 450 g de tomates, necesitarás 225 g de azúcar.

3º Añade los tomates troceados, el azúcar y el zumo de limón a una cazuela y déjalo reposar durante 2 horas o 3. De esta manera se empezarán a mezclar bien todos los ingredientes y será más fácil disolverlos en el fuego. Con esta mermelada puedes hacer postres con tomate diferente y original, o preparar meriendas con tostadas utilizando una distinta a la mermelada de frutas que uses normalmente.

4º Pasado el tiempo, pon la cazuela a calentar a fuego lento y remueve constantemente la mezcla con una cuchara de madera, u otro utensilio de cocina, hasta convertirse en una masa homogénea consistente. Comprueba su espesor dejando caer algunas gotas, si son líquidas todavía necesita más tiempo, si por el contrario caen lentamente y se agrupan quiere decir que la mermelada de tomate está lista. Aproximadamente requerirá de 45 minutos.

2) Pintar la burbuja con la respuesta correcta.

• Lo que leíste es:

- a) Un cuento para chicos.
- b) La propaganda d un dulce.
- c) La noticia de un diario.
- d) Una receta de cocina.

• El texto fue escrito para que:

- a) Te emociones.
- b) Cumplas los pasos.
- c) Expreses tus sentimientos.
- d) Te asustes.

ÁREA: Matemática

1) Pintar la cantidad de ingredientes de la receta del “Dulce de tomate”.

Ingredientes necesarios

--	--

$\frac{1}{2}$ kg de tomate

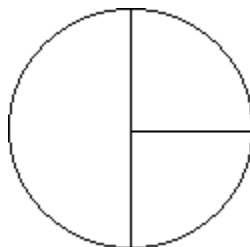
--	--	--	--

$\frac{1}{4}$ kg de azúcar

2) Observar el siguiente gráfico.

ASÍ DEBERÍA QUEDAR TU PLATO

3) Pintar en el plato las porciones de alimentos saludables, conforme al color.



- a) Verde (verduras): $\frac{1}{2}$
- b) Amarillo (granos): $\frac{1}{4}$
- c) Rojo (proteínas, carnes): $\frac{1}{4}$

- 4) Escribir un alimento para cada color diferente al del gráfico.
- 5) Leer la información para realizar las actividades.



San Juan produce tomates por hectáreas en los siguientes departamentos:

- San Martín: 69 ha (hectáreas)
- Caucete: 58 ha
- Rawson: 340 ha
- Pocito: 359 ha

- 6) En el cuaderno, realizar un recuadro para ordenar los departamentos, de mayor a menor, según la cantidad de hectáreas.

Departamento	Superficie por hectárea

- 7) Observar el cuadro y calcular el total de calorías de cada comida.

Menú Saludable			
Desayuno	Almuerzo	Merienda	Cena
Jugo: 85 calorías Vaso de leche: 114 calorías Pan: 173 calorías	Jugo: 85 calorías Pollo: 325 calorías Ensalada: 80 calorías	Vaso de leche: 114 calorías Pan: 180 calorías	Arroz: 85 calorías Bife: 225 calorías Yogur: 130 calorías

- 8) Calcular la diferencia entre las calorías del almuerzo y la cena.

- 9) Resolver.

- a) Si vas a la pizzería de “Don Manolo” y pedís tres pizzas grandes, ¿cuántas porciones vas a tener en total?




- b) Si se repartieron 860 botellas de salsa de tomate, en partes iguales, en 4 negocios. ¿Cuántas botellas se dejaron en cada uno?

ÀREA: Ciencias Naturales

- 1) Clasificar todos los alimentos según el grupo que toman el nombre de los colores.
Pintar la burbuja según corresponda.

Juego del semáforo.

Semáforo de alimentos para adolescentes	
	Rojo: precocinados, fritos, bollería, carnes muy grasas, bebidas carbonatadas, zumos envasados.
	Ámbar: frutas desecadas, cereales refinados, salchichas, hamburguesas, embutidos y fiambres, huevos, frutos secos y semillas, helados y postres caseros.
	Verde: frutas, verduras, cereales, patatas, lácteos, carnes magras, pescados y legumbres.

guainfantil.com

→ No saludables

→ Consumir en cantidades moderadas

→ Consumir libremente

- Papas fritas tortas chicitos gaseosa queso
- huevo pan fideos tomate agua mineral
- frutas verduras

- 2) Leer el texto.

El tomate es un alimento poco energético que aporta apenas 20 calorías por cada 125 gramos. Su componente principal es el agua, seguido de los hidratos de carbono. Se considera una fruta-hortaliza, ya que su aporte de azúcares simples es superior al de otras verduras, lo que le confiere un ligero sabor dulce.

- 3) Completar.

El tomate tiene como componente principal el _____, seguido de los _____ de _____.

- 4) Unir con flechas.

- El tomate es una
- Una verdura
 - Una fruta
 - Una hortaliza

ÀREA: Ciencias Sociales

- 1) Completar el circuito productivo del tomate.

- En las _____ de _____ siembran las _____. (hectáreas, campo, semillas)

- El _____ cosechado se _____ en _____ (tomate, traslado, camiones)
 - Las _____ compran la _____ y lo transforman en un producto _____. (fábricas, materia prima, manufacturado)
 - La _____ de tomates se envasa en _____ y se la vende en los _____. (salsa, botellas, negocios)
- 2) Dibujar el circuito productivo en tu cuaderno.

ÁREA: Formación Ética y Ciudadana

Extraer de ésta lista, los hábitos saludables.

- Comer papas fritas con huevo frito.
- Consumir alimentos que perdieron la cadena de frío.
- Comer a cualquier hora del día.
- Comer ensaladas.
- Lavar las frutas y las verduras antes de cada comerlas.
- Respetar todas las comidas en el horario establecido.
- Comer apurados y servirnos porciones abundantes.
- Decir “no me gusta” antes de probar la comida.
- Sentarse a comer agradeciendo, disfrutando y dándome cuenta de tan dichoso momento.
- Completar la mitad de nuestro plato siempre con verduras y hortalizas, incorporando el tomate.

Teniendo en cuenta lo aprendido sobre “el tomate”, producido en San Juan, la riqueza de sus componentes y la importancia de una alimentación saludable, te propongo convertirte en un “súper chef” para realizar el desafío planteado.

- ✚ Seleccionar los ingredientes a utilizar en cada plato, sin que falte el tomate como ingrediente principal.
- ✚ Para la entrada, alimentos frescos. Para el plato principal, ten en cuenta “¡Así debería ser tu plato! (del área Matemática). Por último, el postre (podrías agregarle el dulce de tomate)
- ✚ Enviar una foto por whatsapp del menú ya organizado y de esta manera el desafío estará cumplido.

¡Mucha suerte!

Directora: Ribes, Verónica