

GUÍA PEDAGÓGICA N° 22 DE RETROALIMENTACIÓN. GRUPO 2

Escuela: Periodista Luis Jorge Bates

CUE: 7000487-00

Docentes: Graciela Illanes, Mónica Carina Escobar y Nilda Torres

Grado: 3° A-B-C **Turno:** Tarde.

Áreas: Lengua, Ciencias Naturales y Formación Ética y Ciudadana.

Título de la propuesta: “**Todo un chef: Creación de un plato saludable.**”

Contenidos: **ÁREA LENGUA:** La comprensión de textos instructivos accesibles para los niños (recetas, instrucciones para elaborar un objeto, consignas escolares, etc.)

La reflexión sobre el vocabulario: formación de familias de palabras (palabras derivadas de una raíz común) para realizar reformulaciones en los textos escritos y para inferir significados en la comprensión.

ÁREA CIENCIAS NATURALES: El cuidado de la salud: alimentación saludable.

Higiene de los alimentos y agua potable como prevención de algunas enfermedades.

ÁREA FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA: Valoración y respeto por las distintas formas de vida, creencias, costumbres de acuerdo al contexto socio cultural, regional y comunitario.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

- Distingue las partes y elementos de un texto instructivo.
- Enumera los pasos de los procedimientos en el debido orden.
- Reconoce los distintos alimentos para una alimentación variada y saludable.

ACTIVIDADES.

Lengua – Ciencias Naturales.

1. Observa y presta mucha atención al video que envía la seño:

<https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c>



- Escúchalo con tu familia de principio a fin dos o tres veces.
- Presta atención a las frases y palabras que aparecen.

2. Luego con ayuda de un mayor responde en el cuaderno:

- a. ¿Para qué nos sirve una **alimentación saludable**?
- b. ¿Qué es un alimento?
- c. Nombra las tres funciones que cumplen los alimentos:

--	--	--

d. ¿Por qué el **desayuno** es el alimento principal del día? Observa el dibujo y explica porque lo comparan con el combustible en los autos.



.....
.....
.....
.....

3. ¡A escribir solito/a! Elije un dibujo explica por qué es importante.

TOMAR AGUA



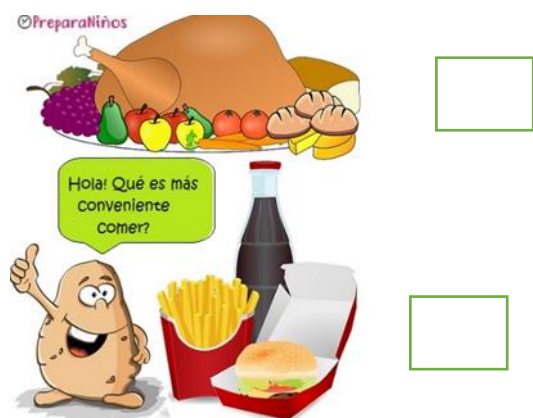
HACER ACTIVIDAD FISICA.



.....
.....
.....

Ciencias Naturales.

1. Vuelve a ver el video de “**Alimentación saludable**”, observa el dibujo y marca con una cruz (X) el menú correcto para estar sanos y fuertes. Luego responde la pregunta que allí aparece.



2. **Nos informamos:** Para estar sanos, fuertes y con muchas defensas deberíamos tener una alimentación variada, en el video dice que podemos usar las 2 comidas diarias para completar la alimentación adecuada.



3. Observa la rueda alimenticia y escribe un menú para el desayuno o merienda saludable.



Lengua.

4. ¡Qué delicia! Observa este plato frutal, y las partes de los **textos instructivos:**
Receta de cocina.

ILUSTRACIÓN



Super Tutti Frutti

Ingredientes (4 personas)

- 1 manzana
- 1 naranja
- 7 frutillas
- 1 plátano
- 3 kiwis
- 1 taza de quindas
- 1 taza de uvas sin pepas
- 1 pera
- 1 durazno
- miel (opcional)

Preparación

Pelamos y picamos la manzana, naranja, plátano, pera, durazno y kiwis, picar las frutillas, mezclar todas las frutas y dejamos en el refrigerador por 10 minutos. Servimos en pocillos individuales y agregamos miel si queremos. Recuerde siempre utilizar frutas de la estación.

TÍTULO

INGREDIENTES

PREPARACIÓN

5. Busca, recorta y pega una receta de cocina y escríbele sus pates.

6. ¡TE HAGO UN DESAFÍO!



- Piensa una receta saludable puede ser almuerzo o cena.
- Escríbela en un papel borrador primero.
- Esa receta tiene que llevar todas las partes del texto instructivo que aprendiste.
- También alimentos ricos en vitaminas, te ayudara la rueda alimenticia y el video.
- Puedes hacerla en este cuadro:

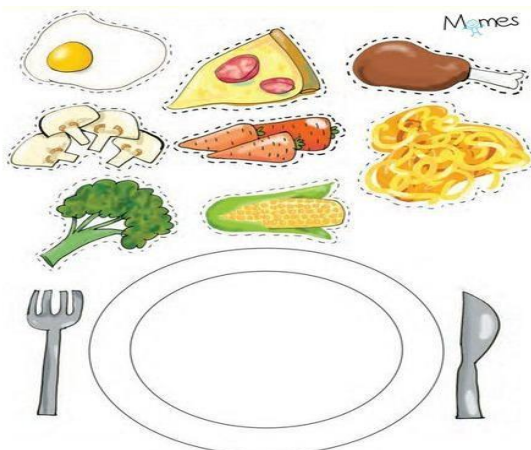
- TÍTULO:	
- INGREDIENTES:	
- PREPARACIÓN:	
DIBUJAR PLATO SALUDABLE:	

- Envía una foto a tu seño de la receta en borrador.
- La seño te enviará la receta lista, ya corregida, para copiarla en el cuaderno.
- ¡Listo! ¡Todo un chef, ahora manos a la obra!
- Debes cocinar o preparar esa receta y enviar una foto del plato terminado a tu seño.

Ciencias Naturales – Lengua

7. Realiza estas actividades para que puedas preparar un menú rico, sano y económico.

A. De los alimentos que observas elije y dibuja para armar un plato saludable.



B. Se mezclaron los carteles de ingredientes con los pasos a seguir para preparar esta receta. Subraya de rojo los **ingredientes** y de verde la **preparación**

Una lata de leche condensada.

2. Colocar en un recipiente una capa de galletas.
3. Mezclar la leche condensada con el jugo de limón.
1. Triturar las galletas.
5. Poner en el refrigerador hasta que enfríe.

Un paquete de galletas de vainilla.

4. Echar la mezcla encima de las galletas.

Jugo de limón.

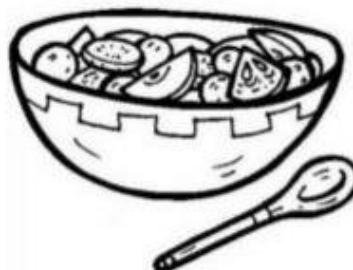
C. Completa la **PREPARACIÓN** de la receta, recuerda utilizar los verbos en infinitivo y seguir un orden correcto.

Ensalada de Frutas

(Para 4 personas)

Ingredientes:

- 1 manzana grande
- 8 fresas
- 1 papaya pequeña
- 2 plátanos
- 2 naranjas grandes
- 12 uvas grandes
- 1 piña pequeña
- 1/2 cucharadita de canela molida
- 1 lata de leche condensada



Preparación:

.....

.....

.....

.....

Lengua – Ciencias Naturales – Formación Ética y Ciudadana.

8. Después de haber visto el video y haber aprendido sobre la alimentación saludable, observa esta imagen y escribe brevemente lo que significa.



9. Conversa con tu familia y coloca una X donde pienses que es correcto:

❖ Comer saludable te hace:

- Más lindo
- Mejor persona
- Más inteligente
- Tener salud

❖ La imagen exterior es importante para:

- Ser feliz
- Para tener un trabajo
- Para vernos saludable
- Para ser más inteligentes

❖ Hacer actividad física, te ayuda a:

- Mantener un peso saludable
- Enfermarte
- Ser más ágil
- Sentirte bien



Director: Juan José Miranda

Vice directora: Claudia Zevallos

Docentes: Graciela Illanes, Mónica Escobar y Nilda Torres.