

# Unidad 2



Los alimentos

Trabajar en Escuela Nueva los siguientes

# Estándares:



## GUÍA 6. HABLEMOS DE LOS ALIMENTOS ACCIONES DE PENSAMIENTO Y PRODUCCION

- Hago conjeturas para responder mis preguntas.
- Identifico necesidades de mi cuerpo y el de otras personas.
- Valoro y utilizo el conocimiento de diversas personas de mi entorno.

## GUÍA 7. LOS ALIMENTOS SEGÚN SU ORIGEN ACCIONES DE PENSAMIENTO Y PRODUCCION

- Formulo preguntas sobre objetos, organismos y fenómenos de mi entorno y exploro posibles respuestas.
- Identifico necesidades de mi cuerpo y el de otras personas.
- Valoro y utilizo el conocimiento de diversas personas de mi entorno.





## GUÍA 8 ¿QUÉ ES UNA CADENA ALIMENTICIA?

ACCIONES DE PENSAMIENTO Y PRODUCCION

- Formulo preguntas sobre objetos, organismos y fenómenos de mi entorno y exploro posibles respuestas.
- Identifico patrones comunes a los seres vivos.
- Registro mis observaciones en forma organizada y rigurosa, utilizando dibujos, palabras y números.

Me permite desarrollar mis

**Competencias  
en Ciencias Naturales**



# Hablemos de los alimentos

- ¿Qué alimentos acostumbra comer tu familia en un día? Dibújalos en un cuadro como el siguiente.

Desayuno	Almuerzo	Comida o cena	Durante el día
	No escribas aquí		

- ¿Cuál de todos te gusta más? Enciérralo en un círculo.
- Reúnete con tus compañeros y comenta por qué les gustan tanto esos alimentos. Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:



Trabaja con tus compañeros

- ¿Qué crees que pasaría si solamente comieras lo que más te gusta y nada más?
- ¿Por qué crees que debemos comer varias veces al día?

- Lee el siguiente verso. Ponte de acuerdo con tus compañeros para aprendértelo y recitarlo en grupo.



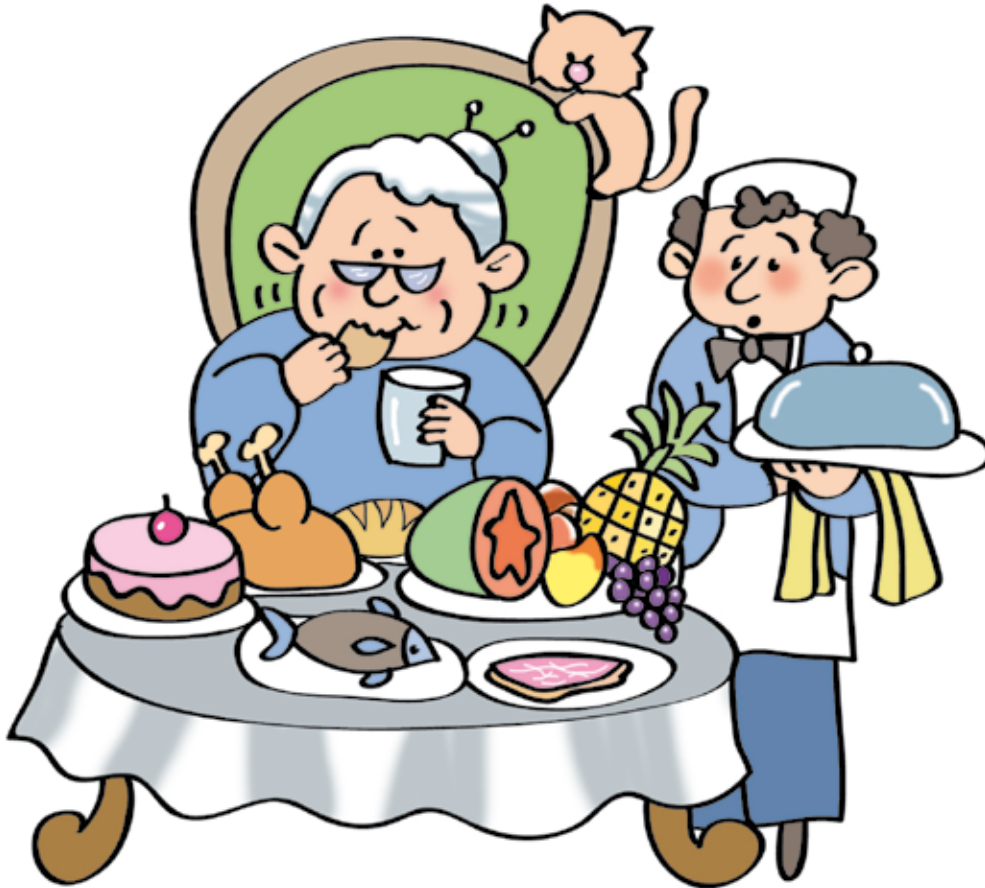
Muestra tu trabajo a la profesora



¡Nos sirven mucho los alimentos!  
 Para crecer, jugar y estudiar;  
 cuando no como, me desaliento,  
 también me enfermo y me siento mal.  
 ¡Son importantes los alimentos!  
 Si no comiera podría morir;  
 y aunque hay algunos que yodetesto,  
 ¡todos me sirven para vivir!

Di a tu profesor que lea parte de este poema.

## La pobre viejecita



Érase una viejecita  
sin nada que comer  
sino carnes, frutas, dulces,  
tortas, huevos, pan y pez.  
Bebía caldo, chocolate,  
leche, vino, té y café,  
y la pobre no encontraba  
qué comer ni qué beber.

Se murió de mal de arrugas,  
ya encorvada como un 3,  
y jamás volvió a quejarse  
ni de hambre ni de sed.

*(Este texto fue por escrito por Rafael Pombo)*

1. Con tus compañeros busca en el poema anterior los alimentos sólidos que consumía la pobre viejecita.
2. Luego hagan una lista de los alimentos líquidos que ella consumía.  
Escríbanlos en un cuadro como el siguiente:



Trabaja con tus compañeros

Alimentos sólidos	Alimentos líquidos
No escribas aquí	

3. Discutan si la pobre viejecita comía bien o mal. ¿Se les ocurre algún alimento importante que ella no consumía?
4. ¿Has probado todos estos alimentos? ¿Cuáles no?
5. De los siguientes alimentos, ¿cuáles comes todos los días?, ¿cuáles no comes casi nunca? Completa el cuadro en tu cuaderno. Llena con una X al frente de cada alimento si lo comes todos los días o si casi nunca lo comes.

Mi Alimentación		
Alimentos	Como todos los días	Casi nunca como
carnes		
leche		
huevos		
frutas		
verduras		
harinas		
otros		



Muestra tu trabajo a la profesora

6. Reúnete con tus compañeros y compara las respuestas de cada uno. Mira con ellos las diferencias y semejanzas en las respuestas.

Esta actividad es para realizarla el día del mercado o cuando tu familia va a la tienda. Si no acostumbras ir, pide a alguien de tu familia que te lleve la próxima vez que vayan.



Trabaja solo

Lleva tu cuaderno para hacer anotaciones.

1. Busca un puesto donde vendan verduras. Observa y escribe en tu cuaderno los nombres de las verduras que se venden.
  - 🍅 ¿Has comido de todas las verduras que venden en ese puesto? ¿Cómo las has comido?
  - 🍅 ¿Pregunta al vendedor sobre las verduras que no conoces: ¿cómo se llaman?, ¿se pueden comer crudas?, ¿cómo se preparan?
2. Ahora busca un puesto de frutas. Escribe sus nombres. Pregunta al vendedor sobre las frutas que no conoces.
3. Cuando llegues al puesto donde venden papas, yuca, plátano y otros productos, escribe sus nombres. Pregunta los nombres de los que no conozcas.
4. Mira si hay un puesto donde vendan carne y escribe de cuáles animales es la carne que venden ahí.

*Siempre debemos lavar bien las verduras y frutas antes de consumirlas.*

*Y hacerlo con agua limpia.*





**5.** Con tu profesor utilicen los elementos del CRA para pesarse y medirse. Elaboren una tabla como la siguiente con los datos obtenidos.

Nombre	Edad	Sexo	Talla (cm)	Peso (kg)
No escribas aquí				

Averigüen cómo debe ser la talla y el peso de niños de su edad. Compárenlos con las tallas y los pesos obtenidos en la tabla.

- 🍓 ¿Son iguales o diferentes las medidas?
- 🍓 Si son diferentes, ¿por qué crees que son diferentes?, ¿cómo podemos mejorar nuestra talla y peso si son menores?, ¿crees que hay relación con la talla y el peso de los miembros de tu familia? Escribe las respuestas en tu cuaderno y coméntalas con tus compañeros y el profesor.

**6.** Habla con alguien mayor de tu comunidad y pregúntale cuáles de los alimentos que comen son producidos en tu región y cuáles son traídos de otras partes. Escríbelos en dos columnas en un cuadro como el siguiente:

Alimentos producidos en mi región	Alimentos traídos de otras regiones
No escribas aquí	



Muestra tu trabajo al profesor

