

EA4- A2- Situación de aprendizaje N° 4

Actividad N°2	Promovemos una alimentación saludable para cuidar nuestro cuerpo.				
Situación de aprendizaje N°4	Indagamos sobre los nutrientes de algunos alimentos.				
Propósito:	Identifica los nutrientes que contienen los alimentos que se consumen en familia, relacionado con la función que cumple en el cuerpo para una buena salud.				
Área:	Ciencia y tecnología	Grado:	2do	Fecha:	07/06/2022

Actividad 1

➤ Observamos y leemos



La familia de Mercedes suele comer la fruta inmediatamente después de ser pelada o cortada en trozos. **¿Por qué lo harán de esa forma?**

Responde la pregunta:

¿Cómo consumen las frutas en tu familia?

Escribimos la respuesta del planteamiento del problema en una hoja de reúso según nuestros conocimientos.

¿Qué nutrientes contienen los alimentos que consumimos en familia?

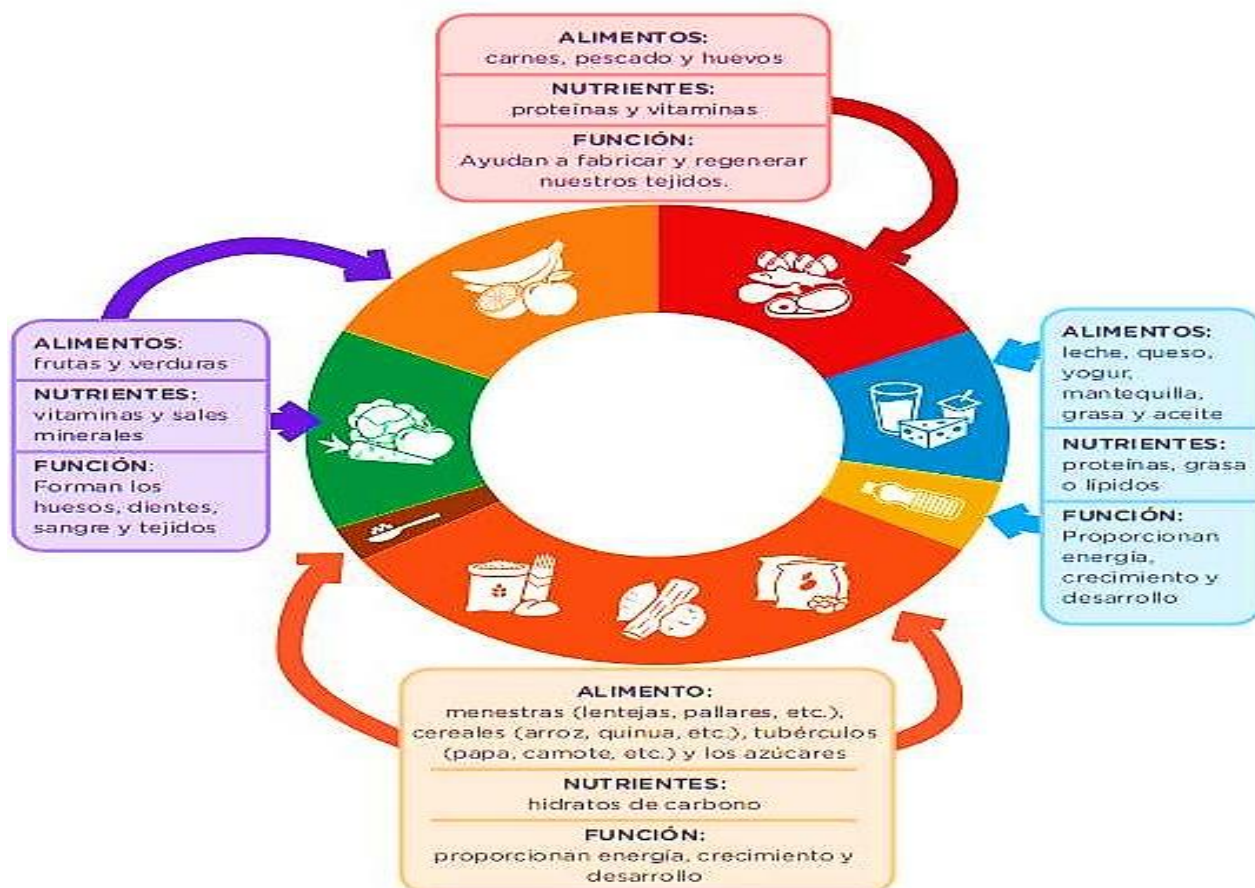
PLAN DE ACCIÓN	
Ayúdate con las siguientes preguntas:	Escribe tus respuestas.
¿Qué necesitas averiguar?	
¿Dónde y cómo obtendrás información?	
¿Cómo debes usar la fuente de información para obtener lo que necesitas?	
¿Qué debes anotar de esta información?	

COMPLETA el siguiente cuadro:

ALIMENTO QUE CONSUMES	NUTRIENTE QUE CONTIENE

Actividad 2

➤ **Leemos** para informarnos.



COMPARAMOS las respuestas:

MI PRIMERA RESPUESTA

¿Qué nutrientes contienen los alimentos que consumimos en familia?

.....

MI RESPUESTA DESPUÉS DE LEER

¿Qué nutrientes contienen los alimentos que consumimos en familia?

.....

MARCA con equis (X) la afirmación correcta:

Los alimentos se clasifican en 4 grupos importantes.	
Las frutas y verduras contienen vitaminas y sales minerales.	
La leche y el yogurt tienen hidratos de carbono	
Las carnes y huevos tienen proteínas y vitaminas.	
La función de las frutas y verduras es formar los huesos, dientes, sangre y tejidos	
La función de las menestras es estreñir a los niños.	

➤ **Formalizamos** nuestros aprendizajes con apoyo de la maestra.

Los nutrientes de los alimentos

Los alimentos nos proporcionan nutrientes, como proteínas, vitaminas, grasas, hidratos de carbono, azúcares y minerales, que cumplen funciones específicas en el cuerpo. Para una vida saludable y libre de enfermedades, nuestra dieta diaria debe contener estos nutrientes.

Actividad 3

➤ **Completamos** los espacios con las palabras del recuadro.

proteínas

vida

cuerpo

dieta

Los alimentos nos proporcionan nutrientes, como

vitaminas, grasas, hidratos de carbono, azúcares y minerales, que cumplen funciones

específicas en el

. Para una

saludable y libre de enfermedades, nuestra

diaria debe contener

estos nutrientes.

Evaluación

Criterios de evaluación En mi actividad...	Lo logré 	Estoy intentando 	Necesito ayuda 
Identifica los nutrientes que contienen los alimentos que consume su familia y los relaciona con la función que cumplen en el cuerpo.			

Autoevaluación		
1. Cumplí con la tarea de forma autónoma. (Solo)	SI	NO
2. Trabaje en forma ordenada	SI	NO
3. Cumplí con todas las actividades	SI	NO
4. Busque más información sobre el tema	SI	NO
5. Aplico todo lo aprendido en mi vida diaria	SI	NO

Te invitamos a visitar nuestra página web
<https://doramayerprimaria.wixsite.com/2022>

EXPERIMENTO N°2: Conocemos los nutrientes de algunos alimentos.



Propósito	Identificar los nutrientes que contienen los alimentos que se consumen en familia, relacionado con la función que cumple en el cuerpo para una buena salud.
Problema	¿Qué alimentos contienen nutrientes beneficiosos para nuestro cuerpo?
¿Qué significa?	El hierro tiene propiedades magnéticas, por lo tanto, es atraído por los imanes. Una consecuencia de daños, cortes, magulladuras en la superficie de las frutas y vegetales es la ruptura de tejidos celulares exponiendo las enzimas a compuestos presentes en la misma fruta o el ambiente. De esta forma, se favorecen reacciones que provocan cambios de color, desarrollo de aromas y sabores que algunas veces son desagradables.
¿Cómo se relaciona con mi vida diaria?	-El HIERRO es un nutriente esencial para nuestro cuerpo porque fabrica la hemoglobina y esto ayuda a transportar el oxígeno a todo nuestro cuerpo. Además, cumple las funciones en el cerebro para un buen aprendizaje. -Las Encinas son necesarias para todas las funciones corporales. Se encuentra en cada órgano y célula de nuestro cuerpo como en la sangre, la boca (la saliva).
Materiales 	E1. Cereales con alto contenido en hierro, imán, agua, plato. E2. Banana, 2 limones, 3 vasos descartables y hielo.
Procedimiento	Experimento - 1 1. Echar un poco de agua en el plato. 2. Agregar dos ojuelas de cereal. 3. Poner el imán cerca al cereal y moverlo de un lado a otro despacio. 4. Los cereales se moverán en función al imán. Experimento - 2 1. Cortar la banana en tres partes iguales. 2. Colocar en un recipiente de agua. 3. Preparar 3 recipientes, uno con jugo de limón, otro con hielo y el último vacío. 4. Agregar cada trozo de banana y observar que sucede.



FICHA TECNICA- METODO CIENTIFICO

EXPERIMENTO 1

Titulo:

Materiales:

¿Qué sucede?

¿Qué nutriente contiene la avena?

FICHA TÉCNICA- METODO CIENTIFICO

EXPERIMENTO 2

Titulo:

Materiales:

¿Qué sucede?

¿Qué nutriente contiene el plátano?