

Observa el video y elige cuál de las actividades puede ser útil para trabajar junto con el grupo, tomando en cuenta el desarrollo de destrezas o conocimiento de nuevos temas. Este puede ser un gran recurso guía o de apoyo en tus clases.



VIDEO *Duración: 14 minutos*

Cocinando comida saludable ¿Cómo puedo ser un chef de comida saludable?

Resumen

En este episodio, Ricky y Cachita nos enseñan el arte de preparar comida saludable de manera divertida. Junto a ellos conocemos la importancia de consumir alimentos balanceados tomando en cuenta la pirámide y los grupos alimenticios. Además, conocemos los tipos de textos al hacer un menú y seguir una receta.



PALABRAS CLAVE

Saludable, texto informativo, texto expresivo, texto persuasivo, pirámide alimenticia, alimentos energéticos, alimentos reguladores, alimento constructor.



Temas

- Intención comunicativa de los textos
- Pirámide alimenticia. Grupos de alimentos.



Conexión con ejes transversales

- El cuidado de la salud y los hábitos de recreación de los estudiantes.

Destrezas

LL.2.1.1. Distinguir la intención comunicativa (persuadir, expresar emociones, informar, requerir, etc.) que tienen diversos textos de uso cotidiano desde el análisis del propósito de su contenido.

CN.2.2.6. Observar y analizar la pirámide alimenticia, seleccionar los alimentos de una dieta diaria equilibrada y clasificarlos en energéticos, constructores y reguladores.

Utiliza el programa como actividad de refuerzo de conocimientos. Modifica las actividades según las necesidades del grupo.

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<p>- Pide a tus estudiantes recolectar diferente tipo de textos como: hojas volantes, trípticos, dípticos, periódicos, cuentos, etc Analiza y clasifica junto a ellos cada tipo de texto en: Expresivos, informativos y persuasivos. </p>	<p>- Presenta el video.</p> <p>- Pausa el video una vez que Ricky mencione los tipos de textos, pide a tus estudiantes dar ejemplos de cada uno. </p> <div data-bbox="607 644 1046 976" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border: 1px solid #0056b3;"> <p>Ideas clave: Para integrar a tus estudiantes en situación de movilidad humana, pide que enseñen al grupo algunos nombres de alimentos en sus idiomas, Ejemplo en Kichwa (recurso complementario). CS CC</p> </div>	<p>- Presenta una pirámide alimenticia grande y vacía. Nombra cada parte. Pide a tus estudiantes buscar y recortar en revistas, láminas, o periódicos, tipos de alimentos y ubicarlos dentro de la pirámide según corresponda. </p> <p>- Forma equipos de trabajo, pide a tus estudiantes investigar recetas tradicionales con familiares, miembros de su comunidad, textos o internet, y clasificar sus ingredientes según su grupo (recurso complementario).  </p> <p>- Pide a tus estudiantes realizar un menú y un recetario en un díptico como se muestra en el programa. </p> <div data-bbox="1099 767 2141 976" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border: 1px solid #0056b3;"> <p>Ideas clave: Organiza visitas de miembros de la comunidad o familiares de tus estudiantes en situación de movilidad humana para que compartan recetas tradicionales con el grupo, de manera que puedan conocer más de su cultura. CS CC</p> </div>

-  Competencias comunicacionales
-  Competencias socioemocionales
-  Competencias digitales
-  Competencias matemáticas

PEDAGOGO RESPONSABLE: Lcda. Karla Moposa

Título del podcast: "Cocinando comida saludable"
 ¿Cómo puedo ser un chef de comida saludable?

Duración: 10 min.

Recurso complementario

<https://bit.ly/3MWzdlj>
 Pag. 133
<https://bit.ly/3EoicwH>
<http://bit.ly/3tN4Jt8>