

Título ¿Qué comemos?



Objetivo

Valorizar los alimentos que nos provee la naturaleza, reconociendo el recorrido y la transformación desde el recurso natural hasta que los consumimos.

Desarrollo

- 1** Buscar en la sopa de letras **alimentos que provienen de la naturaleza**. Una vez descubiertos los alimentos, conversar e investigar: ¿En qué estación del año se produce cada uno de estos alimentos? ¿Se producen estos alimentos en Argentina? ¿Se exportan estos alimentos a otros países? Si es así, ¿a cuáles?.
- 2** Realizar una “**deconstrucción**” de **alimentos procesados** para llegar a la **materia prima** que lo compone. Se puede mostrar imágenes o pedirle a las y los estudiantes que muestren qué alimentos tienen en sus mochilas. Ejemplos: barritas de cereal, galletitas, snacks, etc.
- 3** Para finalizar, reflexionar sobre la **importancia y valoración de los alimentos que consumimos**. Conversar sobre el **recorrido de los alimentos desde la naturaleza hasta llegar a nuestra mesa**. Algunas preguntas guía: ¿Por qué es importante saber de dónde vienen nuestros alimentos? ¿Qué diferencias encontramos entre los alimentos naturales y los procesados?.

¡Bonus!

-  Si el tiempo lo permite se puede invitar a las chicas y los chicos a armar un collage, o un dibujo de la “deconstrucción” de un alimento que elijan.

Ejemplo ilustrado:



Equilibrá tu salud
y la del planeta



Conocé más descargando tu **guía gratuita** en
www.alimentacionsustentable.vidasilvestre.org.ar

“¿Qué comemos?”

Actividades educativas / Primer ciclo



¡Encontrá los alimentos en la sopa de letras!



Batata



Ananá



Chaucha



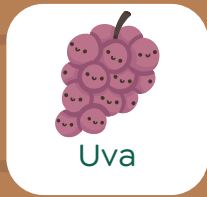
Mandarina



Quinoto



Choclo



Uva



Frutilla



Papa



Coliflor



Pelón



Mandioca



T E Q U I N O T O D I I C E
P E F O M J B F L B M Q K P
Z R V P A Y A Z Z C P U E Y
E T M E N C T G F H A V A Q
I J A L D K A D D O P A A Y
M N N O I J T Z Z C A Q X Q
O R D N O Z A N R L M V R T
A H A N C Y D S X O Q I W W
N Z R T A R C O L I F L O R
A B I U S F R U T I L L A W
N F N U P W Y H C Y C S Y E
A D A D R C H A U C H A D X
E T T P L B R I L I T M K S

Equilibrá tu salud
y la del planeta



Conocé más descargando tu **guía gratuita** en
www.alimentacionsustentable.vidasilvestre.org.ar