

Derecho y deber a la alimentación



Actividad Individual

Objetivo de la actividad

1. Reflexionar sobre la importancia de una buena alimentación.
2. Entender el concepto de seguridad alimentaria y contrastarlo con la realidad.

Pregunta problema:

¿Qué como durante el día?

Fuente de consulta

Puedes consultar los siguientes videos:

1. Derecho a la alimentación



Instrucciones para la docente

Bienvenido a una de las actividades de la Guía 2.

En esta guía se busca que los estudiantes construyan su rol como ciudadanos activos a través de ejercicios prácticos en donde identifiquen los diferentes beneficios y responsabilidades que les brinda su comunidad.



Entrenadores



En este apartado encontraremos actividades dirigidas para cuarto y quinto.



El objetivo de esta actividad es que los estudiantes desarrollen habilidades investigativas que le permita formar una postura crítica entorno a la seguridad alimentaria.



Armadores



En este apartado encontraremos actividades dirigidas para segundo y tercero.



En esta actividad los estudiantes reflexionaran sobre sus hábitos alimenticios y comprender el impacto de los alimentos en nuestra vida cotidiana.



Aguateros



En este apartado encontraremos actividades dirigidas para primero y transición.



La actividad propuesta requiere que el estudiante utilice su memoria sensitiva e identifique los alimentos.



Entrenador (Cuarto y Quinto)

Derecho a la alimentación



Escanea el código para ver el video

Teniendo en cuenta el video anterior, realiza las siguientes actividades:

- Pregúntale al vendedor del supermercado o tienda en donde suele comprar la comida **¿de qué partes del país se traen los ingredientes para preparar tu comida favorita?**
- Luego, realiza un dibujo en el que expongas cómo te imaginas los lugares de donde provienen estos ingredientes.
- Finalmente, haz una presentación para tus compañeros, de segundo y tercero, en donde se muestre de qué partes del país vienen los alimentos y describe los lugares en donde se siembran.



Armador (Segundo y tercero)

A partir de la exposición de tus compañeros de cuarto y quinto, reflexiona sobre cómo te alimentas a diario:

- Haz una lista con los alimentos más nutritivos que comes a diario en el desayuno, almuerzo y cena.
- Luego, realiza otra lista en donde menciones los alimentos menos nutritivos que comes al día.
- Finalmente, organiza una mesa redonda con tus compañeros en donde muestren las listas que realizaste y reflexionen entorno a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué puedes hacer para mejorar tu alimentación de forma saludable?

2. ¿Qué personas o instituciones podrían ayudar a mejorar la alimentación en tu pueblo o vereda?





Aguateros (Primero y transición)

1. Con ayuda de tu docente reúne los siguientes alimentos:

- Una chocolatina.
- Un limón.
- Una rama de lavanda o hierba buena.
- Una papaya o mango.
- Frijoles
- Lechuga.

2. Luego con ayuda de tu docente o compañeros de segundo y tercero, realiza una mesa redonda.

3. Con los ojos cerrados, comienza a oler, tocar y probar los alimentos y escribe la primera palabra que se te venga a la cabeza.

En el caso de **los estudiantes de transición**, pueden decir las palabras o sensaciones que estos alimentos les genera



Para la siguiente clase, recuerda llegar los siguientes materiales:

- Fichas de cartulina.
- Tijeras y pegante.
- Revistas.