**Actividad Sugerida Nº2**

**Grupos de alimentos**

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVOS** | **DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD** |
| **Clasificar los alimentos, distinguiendo sus efectos sobre la salud y proponer hábitos alimenticios saludables. (OA6)**Resumir evidencia para responder la pregunta inicial. (OA e)Comunicar y comparar con otros sus observaciones. (OA f) | Los estudiantes desarrollan la actividad “tren de los alimentos”: la locomotora es el cuerpo humano y siguen seis coches que representan los principales grupos de alimentos: cereales y pan, frutas, verduras, etc. El tamaño de cada carro debe corresponder proporcionalmente a la cantidad recomendada de ingesta (ver pirámide alimenticia). Con ilustraciones de revistas usadas, los estudiantes ubican cada alimento en el coche correspondiente y responden preguntas. Los estudiantes responden: ¿Por qué los carros tienen diferente tamaño? ¿en qué carro caben más alimentos y en cuál menos?, ¿por qué? |