

PROPÓSITO:

Los niños deben diferenciar los alimentos naturales y los alimentos procesados

MOTIVACIÓN:

Que los niños reconozcan cuales son los alimentos naturales y los alimentos empaquetados, para que tomen conciencia de manejar una alimentación saludable para su salud.

EXPLICACIÓN:

alimentos empaquetados: papas fritas, chettos, choclitos, chocorramo, embutidos, gaseosas, yogurts, granola, entre otros.

alimentos naturales: frutas, verduras, carne, pescado, pollo, huevos, entre otros.

EJERCICIOS:

Identificar cuales son los alimentos que son saludables para nuestro organismo y los que se deben consumir a diario para llevar una vida sana.

Identificar los alimentos que consumimos pero que no traen un buen beneficio a nuestra salud.

EVALUACIÓN:

En compañía de sus papitos, realizar un cuento de los alimentos que son beneficiosos a nuestra salud.

BIBLIOGRAFÍA: