

## ACTIVIDAD DEL ESQUEMA.

### Actividades de aprendizaje

#### Interpreta

- 1 Lee este artículo y comenta con tus compañeros de qué trata.

#### Vive una vida sana

Enero, núm. 125

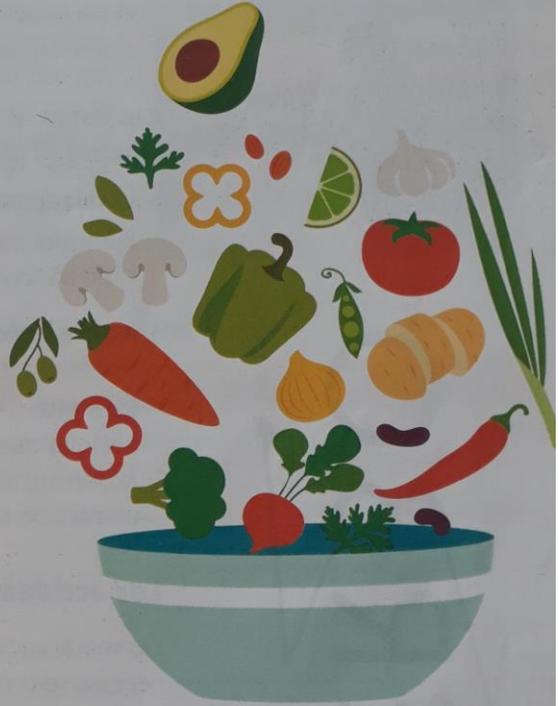
Productos de temporada

Hoy día es muy fácil encontrar cualquier fruta o verdura que queramos en cualquier momento del año. Pero, ¿qué ventajas tiene consumir productos de temporada?

Consumir alimentos de temporada es siempre una idea sana y económica.

Los alimentos de temporada son mejores para nuestra salud, porque se cultivan en las condiciones climáticas adecuadas. Por lo tanto, ofrecen el mejor aporte nutricional, ya que en el momento de su recolección mantienen intactas todas sus propiedades, como el olor, el sabor y las vitaminas.

También estos alimentos suelen ser más económicos, porque durante un período concreto del año hay una mayor disponibilidad de estos productos en las tiendas. Por lo que, al aumentar la oferta, el precio disminuye y son más baratos.



#### Argumenta

- 2 Identifica las ideas principales y secundarias en el texto *Vive una vida sana*.

#### Propón

- 3 Elabora un esquema a partir del texto *Vive una vida sana*. Recuerda, organiza la información de izquierda a derecha o de arriba abajo. Para ello, utiliza líneas o flechas para unir las ideas.

### Evaluación del aprendizaje

- ✓ Elabora un esquema para presentar los alimentos que sugerirías a tus compañeros y compañeras consumir durante un día. Incluye el nombre del alimento, la cantidad en gramos y el valor nutricional.