



TERCERO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA “A” MATUTINO-NEE

Fecha: viernes, 10 de junio del 2021.

TAREA DE CIENCIAS NATURALES Y PROYECTOS

¿Qué es un díptico? Díptico es un folleto formado por una lámina de papel o cartulina que se dobla en dos partes

1.- En esta tarea vas a **crear un díptico** en el que escribirás tres opciones de almuerzos nutritivos y saludables con los alimentos que tengas a disposición.

Teniendo en cuenta que para un almuerzo saludable, se recomienda equilibrar los diferentes tipos de alimentos, como proteínas, verduras, frutas, carbohidratos y productos lácteos y, con el fin de mantener un peso saludable, es ideal que el almuerzo contenga una porción abundante de verdura, una porción moderada de cereales, carnes magras y, en caso de tener buen apetito, leguminosas como frijol o lenteja que son fuentes de proteína vegetal y fibra.

MATERIALES

Puedes utilizar los recursos que tengas disponibles en tu hogar y si son materiales reutilizables mucho mejor, tales como:

- 1 cartulina
- Tijeras
- Goma
- Marcadores, pinturas
- Revistas usadas

PASOS

Dobla por la mitad la cartulina de tal forma que queden 4 carillas.

La primera carilla será la portada del díptico.

- **Escribe** en el centro “Cocino saludable con la carta del chef”, a continuación, **dibuja o recorta** imágenes de alimentos que forman parte de tu almuerzo diario.



A continuación, en la segunda carilla del díptico vamos a poner el nombre de nuestra primera opción de almuerzo. Enumera los alimentos que forman parte de este almuerzo y dibuja o recorta imágenes que lo representen.

A continuación, en la tercera carilla del díptico vamos a poner el nombre de nuestra segunda opción de almuerzo. Enumera los alimentos que forman parte de este almuerzo y dibuja o recorta imágenes que lo representen.



A continuación, en la cuarta carilla del díptico vamos a poner el nombre





UNIDAD EDUCATIVA “LUIS ROBERTO BRAVO”
CIUDADELA CATÓLICA. BARRIAL BLANCO Y ORDOÑEZ CRESPO. TELÉFONO 2341209
CUENCA-ECUADOR

Email: lrbravo@hotmail.com

de nuestra tercera opción de almuerzo. Enumera los alimentos que forman parte de este almuerzo y dibuja o recorta imágenes que lo representen.

2.- Elige una de las tres opciones de almuerzo del díptico “Cocino saludable con la carta del chef”, prepárala con la ayuda de un familiar y juntos disfruten del sabor y aroma de sus alimentos.

TAREA SOBRE EL “DÍA NACIONAL DE LOS PÁRAMOS”

Esta tarea será enviada a las autoridades pertinentes a la vez que serán subidas a la página web institucional.

1.- Observar el video sobre uno de los principales páramos del país “El Cajas”

<https://www.youtube.com/watch?v=6afQUdpvYJs>

2.- En un cuarto de pliego de cartulina, elaborar un collage sobre el “El Cajas” como páramo, puede utilizar recortes, imágenes de libros, revistas en desuso, postales, dibujos, etc.

Tomar en cuenta los siguientes aspectos:

a) Escribir en el centro el siguiente título:

23 DE JUNIO “DÍA NACIONAL DE LOS PÁRAMOS”

EL CAJAS

b) Realizar una buena distribución de toda la información (título, texto, imágenes).

c) Decorar el collage

NOTA: La tarea de Proyectos como el collage podrán ser entregados hasta el día lunes 14 de junio hasta las 14hrs, para que sean realizados con prolijidad y los estudiantes tenga tiempo de conseguir los materiales.