



Complementos a los aprendizajes Superpoderes Fase 3

Campo formativo:

Saberes y Pensamiento Científico

Nombre del proyecto:

Vive sano ¡Vive nutri - saludable!

Pregunta generadora:

¿Cómo podemos lograr que nuestra comunidad tenga una vida saludable?

Nombre del alumno (a): _____

Índice

Presentación.....	2
Superpoder 01.....	3
Superpoder 02.....	4
Superpoder 03.....	5



Presentación

Los complementos a los aprendizajes son actividades didácticas cuyo objetivo principal es que practiquemos, reforcemos, consolidemos o incrementemos algunos aprendizajes específicos correspondientes a las disciplinas que integran el campo formativo propio del proyecto integrador.

Se han diseñado especialmente para cada proyecto y respetan un enfoque adecuado a la edad, debido a ello para la fase tres de aprendizaje se denominan Superpoderes, para la fase cuatro se les llama Refuerzos y para la fase cinco se les nombra Prácticas.

Podemos decidir enriquecer los momentos de trabajo con los complementos a los aprendizajes que aparecen en la ficha didáctica instruccional y/o incorporar ejercicios, actividades u otros recursos que mejoren nuestro proceso de aprendizaje.

Este material es nuestro, saquemos el mejor provecho de él y esperemos que se convierta en el punto de partida para diseñar los propios.

Superpoder 01.

Nombre: _____

Fecha: _____

Indicaciones:

1. Colorea los dibujos como se indica,
2. Responde las preguntas.

Verde	Rojo	Amarillo
Verduras y frutas	Leguminosas y origen animal	Cereales

Huevo 	Leche 	Queso 	Plátano 	Tortillas 	Aguacate 
Pan 	Manzana 	Pollo 	Uvas 	Frijoles 	Limón 
Naranja 	Pescado 	Pasta 	Zanahoria 	Sandía 	Carne 

¿Cuántas frutas y verduras hay?	¿Cuántos alimentos están hechos con cereales?
¿Cuántos alimentos de origen animal hay?	¿Hay leguminosas? ¿Cuántas?
¿Qué alimento te gusta más? Enciérralo en un círculo azul.	
¿Cuál alimento no te gusta comer? Táchalo con una X.	

Superpoder 02.

Nombre: _____

Fecha: _____

Indicaciones:

1. Completa el nombre del alimento.
 2. Colorea el semáforo según la frecuencia con la que debes comer ese alimento.
- **Rojo:** De vez en cuando.
 - **Amarillo:** A menudo, pero no diariamente.
 - **Verde:** A diario.



H_m_u_g_e_a



E_s_l_d_



H_l_d_



U_a



P_ll_



M_n_a_a



P_z_a



T_c_s



P_á_a_o

Superpoder 03.

Nombre: _____

Fecha: _____

Indicaciones:

1. Lee con atención el texto.
2. Observa los dibujos y las pistas para resolver el crucigrama.

Lo que comemos y nuestro cuerpo

Los alimentos contienen y aportan los nutrientes que necesita nuestro cuerpo para el mantenimiento de las funciones vitales, el crecimiento y la actividad física. Es importante que tu alimentación sea equilibrada para ayudar a tu cuerpo a mantenerse saludable.

The crossword puzzle grid is as follows:

- Horizontal 1:** Starts with 'E', ends with 'O'. (Icon: Skeleton)
- Horizontal 2:** Starts with 'L', ends with 'T'. (Icon: Plate of food)
- Horizontal 3:** Starts with 'R', ends with 'S'. (Icon: Bowl of fruit)
- Vertical 1:** Starts with 'T'. (Icon: Stack of pancakes)
- Vertical 2:** Starts with 'R'. (Icon: Brain)
- Vertical 3:** Starts with 'C'. (Icon: Carton of milk)

Horizontales

2. Inicia con H
4. Inicia con A
5. Inicia con L
6. Inicia con F

Verticales

1. Inicia con T
3. Inicia con C