

Nuestro Propósito

Leer una ficha de recomendación sobre los nutrientes de los alimentos para ubicar información que está en el texto y opinar sobre las recomendaciones



Antes de la leer

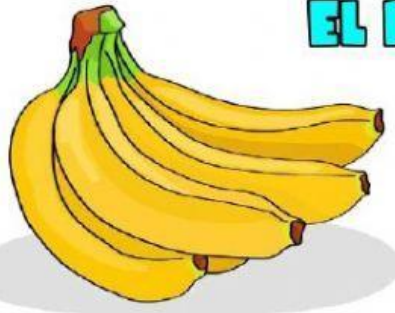
- Observa el texto. Fíjate en la imagen, en el título y cómo está organizado. Luego responde las preguntas.

¿Para qué leerás este texto?

¿Qué dirá el texto del plátano?

Durante la lectura

- Lee por ti solo el texto, si presentas dificultad pide ayuda a un familiar.



EL PLÁTANO

¿Qué nutrientes contiene?

- ✓ Vitaminas
- ✓ Azúcares
- ✓ Carbohidratos
- ✓ Minerales como potasio

Parte superior

¿Cómo aprovechar mejor sus nutrientes?

Consume el plátano en su forma natural para aprovechar al 100% todos sus nutrientes.

Consume el plátano antes, durante o después de una actividad física. Ayuda a tener un mejor rendimiento físico.

Una vez pelado, consumir de inmediato, ya que se oxida fácilmente.

Parte inferior

Después de leer

- Responde a las preguntas:

1. ¿Qué dice el texto del plátano?

2. Según el texto ¿Cómo debes consumir el plátano?

a) Comer el plátano cuando cambia de color.

b) Comer plátano en forma natural.

c) Comer el plátano después de una hora de ser pelado.

3. Según el texto ¿Qué nutrientes contiene el plátano?

a) vitaminas, azúcares y proteínas.

b) Vitaminas, grasas y minerales.

c) Vitaminas, azúcares, minerales como potasio y carbohidratos.

4. Responde: ¿De qué trata el texto? Para responder completa la tabla.

Secciones del texto	¿De qué trata?	¿De qué trata principalmente el texto?
Parte superior		
Parte inferior		

5. Responde: ¿Para qué fue escrito el texto?

☐ a) Para vender plátanos.



☐ b) Para cosechar plátanos.

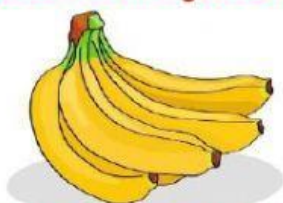


☐ c) Para aprovechar mejor los nutrientes del plátano.



6. A partir de la lectura, ¿qué opinas sobre cómo aprovechar los nutrientes del plátano?

7. Observa la imagen. Lee y señala donde dice su nombre. Luego, marca con (x) su nombre.



PLATANAL

PLÁTANO

PLÁSTICO

8. Escribe una oración con cada palabra.

Plátano



Platanal



Nutrientes



Evalúa tus aprendizajes:

Marca con (x)



CRITERIOS PARA EVALUAR MIS APRENDIZAJES	LO LOGRÉ	LO ESTOY INTENTANDO	NECESITO APOYO
Ubiqué información que está en distintas partes del texto.			
Explicué de qué trata el texto y para qué fue escrito.			
Opiné sobre algunas ideas del texto.			