



## I.E. Gerardo Arias Copaja

Miss Lita. 1"A" Miss Regina 1 "B" y Miss Ruth 1"C".

### COMO APROVECHAR MEJOR LOS NUTRIENTES DE LOS ALIMENTOS QUE CONSUMES

Observa el texto



#### EL PLÁTANO

¿Qué nutrientes contiene?



¿Cómo aprovechar mejor sus nutrientes?

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

Consumir 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.



Según el texto, ¿qué nutrientes contiene el plátano?

## Completa la tabla



Secciones del texto	¿De qué trata?

De los nutrientes del plátano

### SECCIÓN 2

¿De qué trata principalmente el texto?

De los nutrientes que contiene el plátano y de recomendaciones para aprovecharlos mejor.

De las recomendaciones para aprovechar mejor los nutrientes de los alimentos.

### SECCIÓN 1

Señala la respuesta que consideres correcta.

¿Para qué fue escrito el texto?



Para vender plátanos



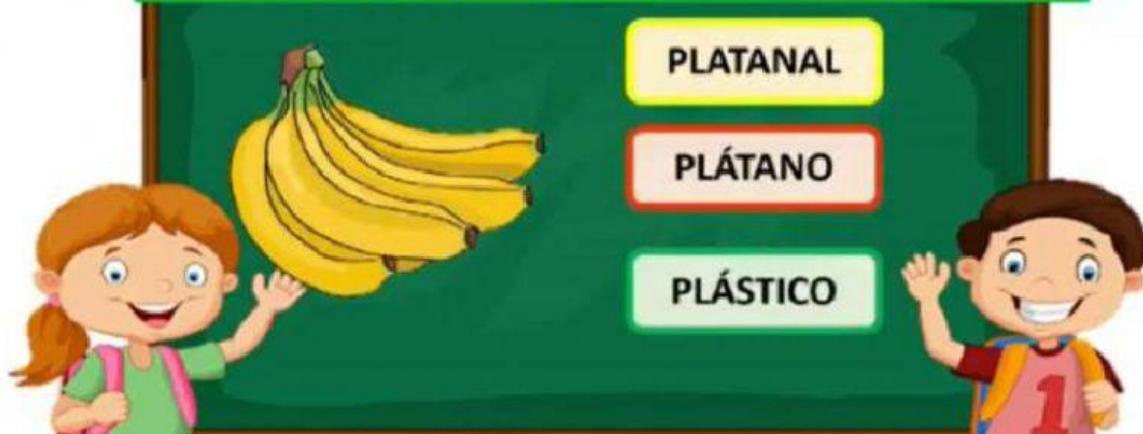
Para cosechar plátanos



Para aprovechar mejor los nutrientes del plátano



Observa la imagen, lee y señala donde dice su nombre



### Evalúa tus aprendizajes

Mis aprendizajes	Lo logré.	Lo estoy intentando.	NECESITO AYUDA
Identifica información explícita y relevante en los textos que lee apoyándose de las palabras que conoce.			
Explica el tema de los textos que lee a partir de la información explícita que identifica.			
Opina sobre las recomendaciones que lee para aprovechar los nutrientes .			

A cartoon illustration of a smiling sun with rays and a boy with dark hair and a blue shirt, who is smiling and has one hand raised in a 'high-five' gesture.