

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE TLAXCALA

UNIDAD ACADÉMICA MULTIDISCIPLINARIA CAMPUS  
CALPULALPAN

UNIDAD DE APRENDIZAJE: PRUDUCCIÓN DE  
RECUERSOS DIGITALES PARA EL E-LEARNING

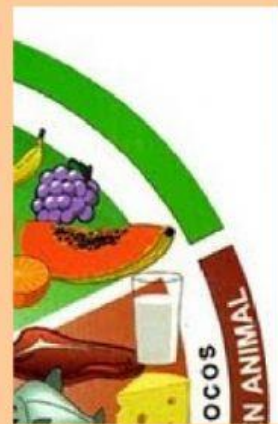
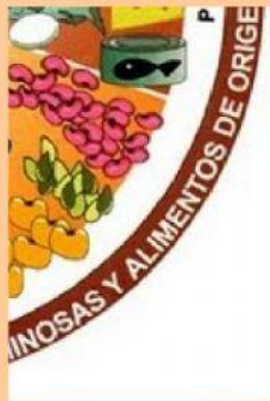
DOCENTE: MARIO ISRAEL ORTEGA

ALUMNA: BRENDA EVELYN HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

CIENCIAS NATURALES  
1° GRADO DE PRIMARIA

## PLATO DEL BUEN COMER

# 1. ORDENA LA SIGUIENTE IMAGEN



|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |



## 2. ACOMODA CORRECTAMENTE EL NOMBRE CON LA UBICACIÓN DE CADA GRUPO ALIMENTICIO



FRUTAS

CEREALES

VERDURAS

LEGUMINOSAS

ALIMENTOS DE  
ORIGEN ANIMAL

## 3. ESCUCHA EL SIGUIENTE AUDIO Y COMPLETA EL TEXTO CORRECTAMENTE

AUDIO

EL PLATO DEL BUEN COMER ES UNA \_\_\_\_\_  
VISUAL CREADA POR LA SECRETARÍA DE \_\_\_\_\_ DEL  
GOBIERNO DE MÉXICO PARA \_\_\_\_\_ A LA  
POBLACIÓN MEXICANA HACIA UNA ALIMENTACIÓN  
BIEN \_\_\_\_\_

#### 4. SELECCIONA UN EJEMPLO DE CADA GRUPO ALIMENTICIO

ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL COMO:

LEGUMINOSAS COMO:

VERDURAS COMO:

FRUTAS COMO:

CEREALES COMO:

#### 5. RELACIONA EL GRUPO DE ALIMENTOS Y LA CANTIDAD QUE DEBES DE COMER

FRUTAS Y VERDURAS

POCOS

CEREALES

MUCHOS

LEGUMINOSAS Y ALIMENTOS  
DE ORIGEN ANIMAL

SUFICIENTES

#### 6. ¿QUÉ COLOR REPRESENTAN LOS CEREALES EN EL PLATO DEL BUEN COMER?

VERDE

NARANJA

ROJO

#### 7. ¿QUÉ COLOR REPRESENTAN LAS FRUTAS Y VERDURAS EN EL PLATO DEL BUEN COMER?

VERDE

NARANJA

ROJO

8. LAS CARNES ROJAS, EL HUEVO Y EL PESCADO  
ESTÁN EN EL GRUPO DE:

CEREALES

LEGUMINOSAS

ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL

PRESTA ATENCIÓN AL SIGUIENTE VIDEO Y  
RESPONDE CORRECTAMENTE LAS PREGUNTAS A  
CONTINUACIÓN

9. ¿PARA QUÉ TE AYUDA EN PLATO DEL BUEN COMER?



10. ¿CUÁNTOS ALIMENTOS DE CADA GRUPO DEBES  
DE PONER EN TU PLATO?



11. ¿DE QUÉ TAMAÑO DEBES DE USAR TUS PLATOS?

