



GRADO:	1º, 2º, 3º	ASIGNATURA:	VIDA SALUDABLE	PERIODO	DEL 3 AL 7 DE ENERO	FECHA DE ENTREGA	7 DE ENERO
TEMA:	MI AMBIENTE ALIMENTARIO					SEMANA	QUINCENA 7

PROPÓSITO/APRENDIZAJE/ENFASIS

Identifica los usos y costumbres familiares, relacionados con la alimentación.

ACTIVIDAD

1. Trata de recordar un momento o evento para reconstruir cómo es la alimentación en tu familia contestando las siguientes preguntas:

- ¿Cómo eran las comidas en tu casa? ¿Qué comían? ¿Qué bebían? ¿Había horarios para comer? ¿En dónde comían?
- ¿La comida se utilizaba como premio o castigo? Describe un ejemplo.
- ¿Qué frases relacionadas con la comida se utilizaban? Por ejemplo: "no dejes nada en el plato", "hay niños sin comer en otra parte del mundo y tú no quieres tus verduras", "no te levantas de la mesa hasta que termines".
- ¿Qué de lo que has aprendido acerca de la comida sigues haciendo actualmente? ¿Cómo te sientes con estas prácticas?



2. A partir de la recuperación anterior, identifica tres hábitos alimentarios que hayas adquirido en esos primeros años. Por ejemplo, como pocas verduras o consumo sólo bebidas azucaradas, siempre desayuno antes de salir de casa.