



CIENCIAS PARA LA CIUDADANÍA
Proyecto N°2: “Superalimentos”, ¿verdad o mito?
3° MEDIO

Nombre: _____ Fecha: _____

Objetivos del proyecto:

Determinar las propiedades reales de los alimentos calificados como ‘superalimentos’ a partir de la opinión de expertos en el tema y buscar formas de incluir los superalimentos en la dieta.

Instrucciones:

Antes de comenzar les será muy útil ver este pequeño video explicativo de la actividad a realizar. <https://youtu.be/gagY4BRjT8c>

¿Cuál es el reto?

Investigar la opinión de médicos y expertos en nutrición respecto de las propiedades reales de alimentos calificados como “superalimentos”. Seleccionar algunos disponibles en la zona donde viven y proponer recetas que los incluyan.

Para esto deberán trabajar con las paginas 24 y 25 del “Texto del estudiante: Ciencias para la ciudadanía” y realizar la actividad propuesta con los siguientes ajustes.

<https://drive.google.com/open?id=1UhKj58Z8LT79Xts8iXLZOquHzbL9hyD5>

Una vez que hayan leídas las páginas del texto, continuar con lo siguiente:

Formación de equipos y asignación de roles

Formen equipos de trabajo (5 participantes por grupo) y distribuyan roles. Utilicen la pauta de planificación. (pág. 250).

Taller de producción

- ☀ Sin variación.

Análisis y reflexión

- ☀ Sin variación.

Presentación de resultados y proyección

- ☀ Realizar las encuestas presentes en la pagina 25, a un mínimo de 25 personas, pudiendo ser amigos familiares o desconocidos (idealmente virtual o vía teléfono, no olvidar los resguardos sanitarios) e incluir en la presentación.
- ☀ La presentación puede ser de la manera que mas les acomode, simular programa radial o televisivo, artículo de una revista, presentar en ppt o prezi grabando la pantalla del pc, etc.

Descripción de entregas

Primer avance: 18/05/20	<p>Responder: ¿Qué tipo de nutrientes consideras una dieta equilibrada? ¿Qué otros factores se consideran en una dieta saludable? Menciona cinco alimentos saludables y explica por qué lo son.</p> <p>Resumen de: Alimentación saludable según la FAO. Mitos sobre superalimentos. Mitos y verdades de superalimentos. Datos de cinco superalimentos.</p> <p>Pauta de Planificación:</p>
Segundo avance 18/05/20	<p>Entregar la información expuesta en fuentes por nutriólogos y médicos sobre superalimentos. Presentar receta con los superalimentos seleccionados (No olvidar el enfoque de alimentación saludable y balanceada)</p>
Entrega final 1/06/20	<p>Enviar trabajo o link al correo del profesor.</p>