

ACTIVIDAD ESCOLAR

EL RECETARIO DEL CALDERÓN



PROYECTOS QUE LIDERAN: PAE, Emprenderismo, Preatnival y Valores	OBJETIVO: Promover conductas y hábitos saludables en los estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa, a través de la preparación de diversas recetas gastronómicas que permitan construir identidad y compartir con los seres queridos.	PARTICIPANTES: Estudiantes con sus familias: <u>todos</u> . Directivos y docentes: <u>voluntario</u> .
---	--	---

INSTRUCCIONES PARA LA PREPARACIÓN DE LA RECETA:

- Los estudiantes en compañía de uno o más miembros de la familia deben elegir y preparar la receta, resaltando el trabajo en equipo (trabajo colaborativo).
- Elegir los alimentos con los que van a preparar la receta:
 - Los estudiantes titulares de derecho (beneficiarios del PAE) y sus familias, deben elegir entre los ingredientes para la elaboración de la receta, alimentos que contiene el paquete alimentario.
 - Los estudiantes y familias que tienen huertas y/o granjas, deben elegir entre los ingredientes para la elaboración de la receta, alimentos cultivados por ustedes.
 - Los estudiantes y familias que adquieren los alimentos en su totalidad, deben elegir entre los ingredientes para la elaboración de la receta, alimentos que tengan en casa.
- ELABORAR Y RESPONDER EL SIGUIENTE FORMATO: ***En la siguiente página encuentran un ejemplo.**

Estudiante:		Grado:	
Nombre de la receta:			
Ingredientes	Preparación	Beneficios y propiedades de los alimentos utilizados	Conocimientos aplicados en la actividad, aprendidos en las todas las áreas de estudio.

- Antes de preparar la receta, deben limpiar el mesón y lugar donde se van a colocar los alimentos y se va a realizar la preparación, lavar bien los alimentos que se van a utilizar, lavarse las manos, recogerse el pelo, colocarse un delantal y utilizar tapabocas, en caso de que alguna de las personas que prepara la receta, este presentando tos, estornudo o gripa.

INSTRUCCIONES PARA LA PRESENTACIÓN Y EVALUACIÓN DEL TRABAJO REALIZADO:

- Para presentar las evidencias de la actividad, deben tomar fotos:**
 - Una fotografía del formato que aparece en el numeral 3* ya diligenciado.
 - Una foto con al menos uno de los siguientes momentos: la preparación de la receta - la receta ya lista y el momento cuando están compartiendo y degustando la receta.
- Nota:** Para quienes NO cuentan con la posibilidad de tomar las fotos, deben presentar por escrito el formato diligenciado que aparece en el numeral 3* y anexarlo en el paquete de talleres que llevan a la institución educativa, además deben representar con dibujos (pintados con color) al menos uno de estos momentos: - la preparación de la receta - la receta lista o - el momento del compartir los alimentos preparados.

2. Para las familias que tienen dos o más hijos estudiando en el colegio, tienen la posibilidad de elegir si cada uno haría una receta o realizar una sola receta en la que participen todos; en este caso, deben elaborar y responder un solo formato (numeral 3*) escribiendo los nombres, apellidos y grado de cada uno (recuerden que deben colaborar mutuamente); deben tener presente también, con relación a las fotos, incluirlos a todos.
3. Quienes quieran enviar además de las fotos, un video complementario, lo pueden hacer; pero este no reemplazaría las fotos, además debe tener 1 minuto de duración máxima.
- NOTA: una opción para el vídeo podrían ser los GIFS.

<p>FECHA DE ENTREGA: <u>Estudiantes que van a presentar fotos y videos:</u> del 24 al 31 de julio. <u>Estudiantes que van a presentar los trabajos en físico:</u> La fecha en la que recibirán en la I.E los talleres pedagógicos para realizar en el mes de agosto.</p>	<p>MEDIOS DE ENVÍO: Únicamente Whatsapp: 305 3316584 Correo: tatiana.valencia@medellin.edu.co</p>	<p>SE EVALUA EN: Todas las áreas y asignaturas del grado en el que está el estudiante.</p>
--	---	--

EJEMPLO FORMATO DILIGENCIADO

Estudiante: Antonio Vélez Cano		Grado: Noveno C	
Nombre de la receta:		Arepá Rellena	
Ingredientes Ingredients	Preparación Preparation	Beneficios y propiedades de los alimentos utilizados	Conocimientos aplicados en la actividad, aprendidos en las todas las áreas de estudio (es opcional el número de asignaturas que se citen)
taza de hogao 1 taza de PRECOOKED WHITE CORN FLOUR (harina de maíz blanca precocida) 2 tazas de WARM WATER (agua tibia) 1 cucharada de MELTED MARGARINE (margarina derretida) 1 taza de SHREDDED CHICKEN (pollo desmenuzado) ...	En un recipiente echar la harina de maíz y agregar el agua tibia, mezclar hasta integrar y formar una masa suave. Añadir la margarina fundida y continuar mezclando hasta integrar. Dividir la masa en 7 partes iguales y armar las arepas, llevarlas a un sartén para asarlas hasta que estas queden crocantes por fuera. Retirar y dejar por un momento. ...	EL POLLO es una proteína rica en minerales y vitaminas; es bajo en colesterol; Ayuda al crecimiento y al desarrollo de los músculos y los órganos. LOS CHAMPIÑONES son hongos comestibles y antioxidantes, que ayudan a prevenir el cáncer; regulan la diabetes, fortalecen el corazón y ayudan al buen funcionamiento del sistema nervioso. ...	ESPAÑOL: uso de los signos de puntuación, aplicación del texto instructivo, uso de lenguajes (verbal, artístico). INGLÉS: vocabulario. ARTÍSTICA: expresión artística y sensorial (sabores, aromas, texturas, etc). MATEMÁTICAS: uso de medidas y proporciones en la preparación, emplatado y distribución de las porciones. ÉTICA: trabajo colaborativo, expresión afectiva, estilos de vida saludables. TECNOLOGÍA: liderazgo, emprendimiento, uso de medios y equipos tecnológicos. CIENCIAS NAT: propiedades de los alimentos, uso de la escala nutricional, cultivo alimentos. C. SOCIALES: Participación, identidad (personal, familiar y cultural). RELIGIÓN: compromiso personal y familiar, sentido de Vida, valoración y gratitud. FILOSOFÍA: conocimiento de la naturaleza, reflexión frente al valor de la salud y el tiempo presente. ED. FÍSICA: cuidado del cuerpo, promoción de la salud y prevención de la enfermedad. ...