escuelas
VERDES

Te invitamos a conocer los beneficios de la alimentación saludable

Buenos Aires Ciudad

Vamos Buenos Aires

escuelas VERDES

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Comer saludablemente es una tarea de todos los días. Elegir frutas y verduras para nuestra dieta es importante, por eso, con este juego vamos a pensar ideas para crear recetas más saludables. **¿Jugamos?**

Materiales

3 Cajas de cartón

Herramientas

Pegamento Universal

Marcadores o lápices de colores

Tijera

PASO A PASO

1. Recortar el cartón con un gran círculo que puede ser dibujado a mano alzada o con ayuda de un plato o cacerola.
2. Recortar una larga tira de 5 cm. de ancho y del largo de la circunferencia del círculo y pegarla sobre los bordes del mismo.
3. Dibujar y recortar dos tiras de 2 cm. de ancho y 5cms de largo. Pegarlas a los costados como si fuesen las asas de la olla.
4. Dibujar en una plancha de cartón diferentes tipos de frutas y verduras. Pintar las frutas con marcadores o lápices de colores.
5. Crear una plancha de cartón con las figuras de frutas y verduras elegidas. Podés inspirarte en las recetas que conoz-cas. Te damos algunas ideas: ensalada de frutas o verduras, sopas, guisos. Asegurate de enumerar cada receta.
6. Mezclar las fichas y iterminaste! ¡Estás listo para jugar! ¿Cocinamos?

Vamos
Buenos
Aires