

Cómo ser un...

Súper  
humano



ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR



Escuela Normal de Educación Preescolar

Nombre de Alumnas:

María Ximena Ávalos Flores #2

Fabiola Denisse Escobedo García #5

Luz Mariana Gutiérrez Reyes #7

Kenya Katherine Jaramillo Guillen #9

Natalia Elizabeth Ramírez Hernández #13.

Sección: B

Unidad: III

Tema: Tríptico de la función nutrición.

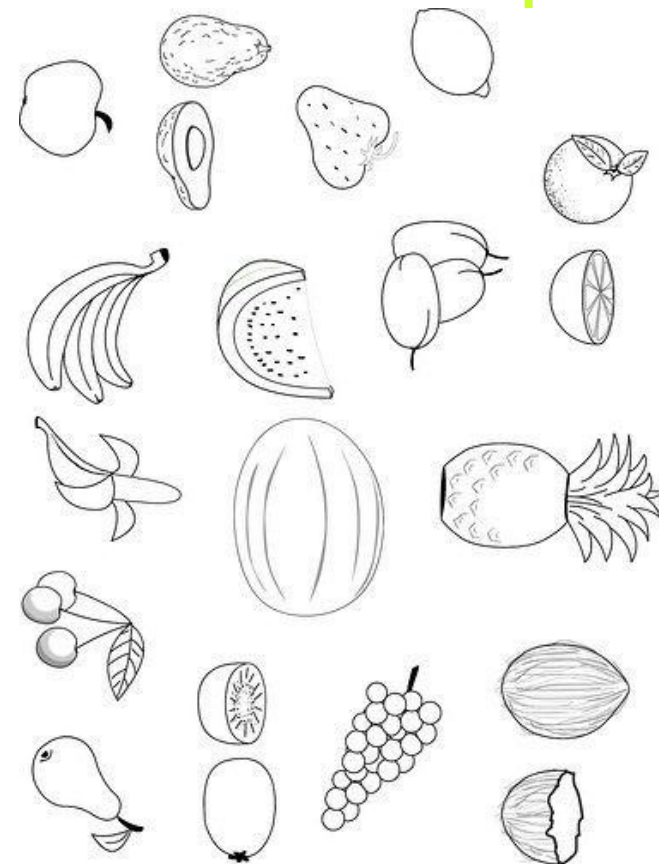
Docente: Silvia Erika Sagahon Solís

Ciclo Escolar:2020-2021

Retos

Colorea la fruta que sea la respuesta:

Amarillo por fuera, blanco por dentro  
y tienes que pelarlo para comerlo



Para ser un súper humano se necesita estar bien nutrido pero

## ¿Qué es nutrición?

La nutrición es la forma en que el cuerpo convierte y aprovecha las sustancias nutritivas de los alimentos. Nuestro cuerpo aprovecha los nutrientes para que puedas crecer, estudiar, jugar, tener las fuerzas para ser un super humano, etc.

Los nutrimentos son las sustancias nutritivas que necesita nuestro cuerpo para poder funcionar.

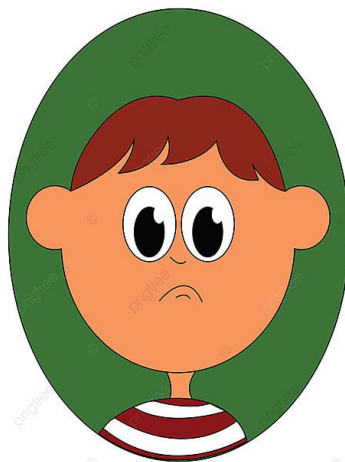
Los nutrimentos son:

- Hidratos de carbono
- Lípidos o grasas
- Proteínas
- Vitaminas y minerales



## ¿Qué pasa si no tengo una buena nutrición?

- Existen problemas de concentración
- Problemas de comunicación
- Desnutrición
- Obesidad
- Ansiedad
- Deficiencia en el desarrollo
- Enfermedades



El secreto para llegar a ser un súper humano grande y fuerte va a ser revelado con los siguientes puntos:

- Desayuna antes de ir al jardín de niños.
- Come frutas y verduras.
- Toma agua.
- Recuerda que no es bueno comer tantos dulces o frituras.
- Come snacks saludables



### Nota Reflexiva:

Mediante el recolectar información sobre la nutrición, caímos en cuenta que la alimentación y los hábitos son demasiado necesarios para el desarrollo y crecimiento de los niños.

Por eso, creamos este folleto que anima a los niños a comer saludable y nutrirse para ser un súper humano fuerte, inteligente y eficiente que nos sirve como ejemplo para que los niños tengan una figura a quien seguirle los pasos para crecer, seguir disfrutando y aprovechando los nutrimentos que contiene cada una de las comidas, ya que si no comen saludables tendrán como consecuencia obesidad, problemas para poner atención en clases, enfermedades, etc...

# Rúbrica para evaluar un tríptico

INDICADORES	EXCELENTE 4	BUENO 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1
<b>ORGANIZACIÓN Y ATRACTIVO</b>	Consta de tres caras es atractivo y original, presenta información clara a las ideas principales del tema y éstas se encuentran muy bien organizadas.	Consta de tres caras es atractivo, presenta información concreta y bien organizada relativa a las ideas principales del tema.	Tiene un formato poco definido y presenta información adecuada y concreta en su mayor parte organizada y relacionada con el tema.	El formato y la organización del material contenido en el tríptico, puede resultar confuso para el lector. Exceso de contenido textual o ausencia de información clave.
<b>PRECISIÓN Y PERTINENCIA DEL CONTENIDO</b>	Contiene la información requerida de acuerdo al tema, es precisa, pertinente y válida. Destaca ideas principales e incluye información adicional importante.	Contiene toda la información requerida y ésta es en lo general apropiada y precisa. Destaca las ideas principales del tema.	Contiene solo parte de la información requerida y destaca la mitad de las ideas principales del tema.	El tríptico contiene muy poca información requerida o ésta presenta inconsistencias y errores. Omite ideas principales que son importantes.
<b>REDACCIÓN</b>	Toda la información escrita muestra una sintaxis, ortografía y puntuación adecuada. El vocabulario empleado y el estilo del texto resultan pertinentes (muy	La mayor parte de la información escrita muestra una sintaxis, ortografía y puntuación adecuada. El vocabulario empleado y el estilo del texto resultan en su mayoría	Por lo menos la mitad de la información escrita muestra una sintaxis, ortografía y puntuación adecuada. Solo en algunas secciones el tríptico se emplea un vocabulario	La información escrita muestra considerables errores de sintaxis, ortografía y puntuación. No hay claridad de quién es la audiencia, por lo que no se identifica un



	<p>motivantes y significativas) para la audiencia a la que se dirige el tríptico.</p>	<p>pertinentes para la audiencia a la que se dirige el tríptico.</p>	<p>y estilo apropiado a los destinatarios, o bien, no resulta claro.</p>	<p>vocabulario o estilo definido, o bien, se abusa de términos técnicos poco comprensibles al lector.</p>
<p><b>FOTOGRAFÍAS E IMÁGENES</b></p>	<p>Se incluyen tres o más elementos de calidad y pertinentes al texto del tríptico, que contribuyen significativamente a la comprensión del contenido, es atractivo y motivador.</p>	<p>Se incluyen al menos dos elementos gráficos o imágenes de calidad y pertinentes al texto del tríptico, que contribuyen a la comprensión del contenido.</p>	<p>Se incluyen al menos dos elementos gráficos o imágenes, pero éstos no siempre son pertinentes al texto o no tienen la calidad o nitidez debida.</p>	<p>No se incluyen elementos gráficos o imágenes que apoyen la representación o comprensión del contenido del tríptico.</p>
<p><b>DIVULGACIÓN</b></p>	<p>Contiene los datos adecuados como referencia de elaboración: nombre de los integrantes, colegio, semestre, correo electrónico. Se cumplió con el número asignado de trípticos. Se logró la divulgación exitosamente.</p>	<p>Contiene parcialmente los datos de referencia. Se cumplió parcialmente con el número de trípticos asignados. Se logró la divulgación.</p>	<p>Contiene solo el nombre de los integrantes del equipo. No se entregaron copias para la divulgación de los mismos. No se logró con éxito la divulgación.</p>	<p>No se cumplió con ninguno de los aspectos.</p>