



INSTITUTO JUAN PABLO II
Av. Sáenz Peña 576
TEL: 0381- 4205711
Institutojuanpabloii@gmail.com
www.instjuanpabloii.com.ar

Materia: Matemáticas

Profesora: Patricia Zelaya

Curso: 1° año A

TRABAJO PRÁCTICO N° 1

Talleres para jóvenes adolescentes

“Construyamos entre todos un ambiente inclusivo, respetuoso y seguro”

“EDUCANDO PARA LA PAZ”

La alimentación es fundamental a lo largo de la vida de las personas, especialmente en los niños y jóvenes.

En el mundo existen factores que afectan tanto nuestro estado de ánimo como el rendimiento escolar de los alumnos.

Más de una vez nos hemos encontrado en la situación de recurrir a ciertos alimentos, en general, poco sanos, pero esta mala alimentación, nos puede traer consecuencias tales como: la disminución en la atención, la distracción escolar, entre otras; es por ello que los niños y jóvenes necesitan de una alimentación adecuada y variada permitiendo contar con las energías necesarias para tener un mejor desarrollo físico, intelectual y cognitivo, como así también, gozar de buena salud, siendo una línea de defensa contra muchas enfermedades ejerciendo influencia en el desarrollo de habilidades, destrezas, funciones vitales, recreativas y de aprendizaje.

Actividad

1. Leer las siguientes frases y decidir si son mitos o verdad:

- Los carbohidratos engordan.
- Saltarse comida ayuda a bajar de peso.
- Lo light siempre es saludable.
- Comer sano es caro.



INSTITUTO JUAN PABLO II
Av. Sáenz Peña 576
TEL: 0381- 4205711
Institutojuanpabloii@gmail.com
www.instjuanpabloii.com.ar

2. Completar la frase: “Una decisión saludable que puedo empezar esta semana es ... “
3. Busca y pega en tu carpeta 3 productos alimenticios diferentes. Se debe analizar:
 - Cantidad de azúcar.
 - Cantidad de grasas.
 - Cantidad de sodio.
 - Ingredientes.
4. A partir de lo analizado en el punto anterior, responde:
 - ¿Cuáles son los primeros 3 ingredientes que aparecen en la lista?
 - ¿Cuánta grasa total y grasa saturada tienen por proporción?
 - ¿Crees que el producto que seleccionaste es saludable? Justifica

MENSAJES FINALES

- Comer sano no es prohibirse todo.
- Cuidar tu alimentación no es cambiar quien eres, es cuidar el cuerpo donde vives.