Colegio Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Asignatura: Matemática	
Docente: Karen Jerez Carrasco	**Curso:** Laboral 1 C
Objetivo de Aprendizaje: Comprender la medida del peso (kilo y gramos).	
Contenido: Medición del peso (gramos, kilogramos)	
Habilidad: Comprender	
Semana Nº: 10 (lunes 8 al viernes 12 de junio)	

Para comenzar, observa la siguiente imagen y contesta las siguientes preguntas. Amanda fue al supermercado a comprar alimentos para toda su familia.

1- ¿En un supermercado es posible comprar 2 paquetes de arroz?

_____

2- Pregúntale a un adulto ¿Cuántos alimentos indispensables podemos comprar en los supermercados en pandemia?

_____

3- ¿Por qué crees que se tomo esta medida?

_____

_____

4- Si has ido al supermercado en tiempos de pandemia ¿Qué medidas de prevención de contagio observaste? Si no has ido pregúntale a un adulto.

_____
_____
_____
_____
_____

5- ¿Qué unidad de medida se utiliza para comprar arroz? Enciérrala

Centímetros	horas	kilogramos

6- ¿Por qué elegiste esta unidad y no las otras dos opciones?

_____
_____
_____

- Solicita ayuda a un adulto y busca en su hogar alimentos que pesen 1 kg.
-Saca foto y envía todos aquellos alimentos que encuentren en casa que pesen 1 kg y de otros que pesen menos de 1kg.

A continuación, lee esta información:

-Los alimentos envasados tienen una etiqueta nutricional. Esta entrega información respecto de los tipos y la cantidad de nutrientes que hay en ellos, además de información acerca de su aporte energético. Además, se informa que, a partir del año 2015, el Ministerio de Salud de Chile (Minsal), impulsó un nuevo etiquetado de los alimentos. Este es similar a un "disco pare", tal como se muestra a continuación.

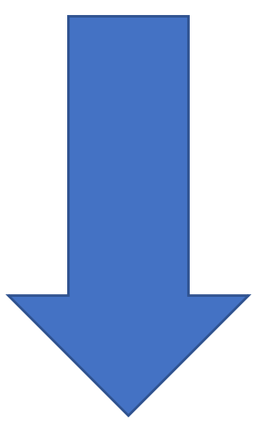
Para que un alimento sea clasificado con una o más de estas etiquetas, debe presentar una cantidad mayor de azúcares, calorías, grasas saturadas o sodio.

-Busca en su hogar 3 alimentos que contengan estos etiquetados y el peso que muestra. Anotan en su guía de aprendizaje siguiendo el siguiente ejemplo.

Alimento	Etiquetas	Peso
	Alto en azúcar Alto en grasas Alto en calorías	42 gramos

Los alimentos en sus envases contienen mucha información, para finalizar te invito a observar junto a un adulto o de manera independiente cualquier alimento y encuentres que tipo de información nos puede entregar.

Observa el ejemplo:



Su peso es de 250 gramos

Acá aparece toda la información nutricional

INFORMACION NUTRICIONAL

Porción: 1 cucharadita (7g)
Porciones por envase: 36 aprox.

	100 g	1 porción
Energía (Kcal)	744	52
Proteínas (g)	0,7	0,05
Grasa Total (g)	82,0	5,7
Grasa saturada (g)	52,48	3,67
Grasa monoinsat. (g)	23,86	1,67
Grasa poliinsat. (g)	2,05	0,14
Grasa trans (g)	3,53	0,25
Colesterol (mg)	262	18
H de C disponibles (g)	0,9	0,1
Azúcares Totales (g)	0,9	0,1
Lactosa (g)	0,9	0,1
Sodio (mg)	571	40
Vitamina A (µg ER)	860	*7,5%

* % en relación a la Dosis Diaria Recomendada según Codex / FDA para mayores de 4 años

Ingredientes: Crema de leche y sal.

Elabo… Ltda.). Planta Industrial La Unión, …ile. Autorización Sanitaria XIV Región de Los Ríos, Valdivia.
www.colun.cl

Conservar refrigerado a 4 - 6 °C. Consumir antes de la fecha indicada en el envase.

Elaborada con crema natural de auténticas vacas lecheras.

Cada porción de 1 cucharadita (7 g) contiene:

Calorías	Grasas Totales
52	5,7g
3%	10%

% de la Recomendación Diaria para un Adulto en base a 2000 Kcal

Tiene 52 calorías