

## ¿SABÍAS QUE...?

Todos los alimentos se diferencian por sus texturas, colores, sabores, olores. Cuanto más diversos sean los alimentos que incluyamos en nuestra alimentación más nutrientes nos brindarán para así estar supersaludables.

**¿Te animás a conocer y a explorar el mundo de los alimentos?**

### ¿Qué necesitamos?

- Lupa, Sombrero, anteojos, campera o buzo color oscuro, zapatos, o cualquier ropa para caracterizarnos de detective.
- Alimentos que se encuentren en la alacena y/o heladera.
- Platos pequeños.
- Pañuelo o bufanda.



# ¡A BUSCAR!

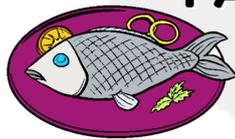
Elegiremos a un integrante de la familia que se encargará de buscar los alimentos que se encuentren en la alacena y/o heladera de casa.

## Por ejemplo...

Mandarina, banana, tomate, zanahoria, lechuga, fideos, polenta, arroz, lentejas, garbanzos, maní, huevo, carnes, etc.



**CADA ALIMENTO SE COLOCARÁ EN UN PLATO DIFERENTE, QUE SE IRÁN CAMBIANDO A MEDIDA QUE VAYAN PARTICIPANDO LOS JUGADORES.**



**¡AHORA COMENZAREMOS A DESCUBRIR!**

Participarán de a un integrante, donde cada uno tendrá el rol de detective y se tapaná los ojos con un pañuelo o bufanda.



Mientras se vaya explorando para adivinar de que alimento se trata, el detective deberá describir que sensaciones le despierta el alimento que está tocando u oliendo. Por ejemplo, si su textura es suave, áspera, rugosa, lisa, si tiene olor fuerte o no tiene... si le hace acordar a algo o algún lugar.



**¿Y DE QUÉ ALIMENTO SE TRATA?  
SI NO ADIVINASTE, NO PASA NADA. TENÉS  
OTRA AYUDA PARA SEGUIR ADIVINANDO**

Para eso deberás prestar mucha atención, tocarlos, olerlos, y hacer algunas preguntas disparadoras para ayudarte a adivinar.

**1** El detective deberá ir adivinando los alimentos que se encuentren en cada plato, a medida que vaya adivinando el alimento se irán separando del resto que quedan por adivinar, en caso de no adivinar ese alimento se volverá a esconder para el próximo participante.

**2** Tendrá 3 oportunidades para poder adivinar. El primer participante que adivine mínimo 3 alimentos, será el ganador.

**3** Te invitamos a probar estos 3 alimentos que descubriste en el juego. Podés pensar una receta en familia y cocinarla juntos.



## TE INVITAMOS A CREAR, DESCUBRIR Y RECORDAR LA VARIEDAD DE ALIMENTOS QUE FORMARÁN PARTE DE ESTE JUEGO.

### ¿Qué necesitamos?

- Tarjetas con dibujos de alimentos.
- Cartulina o cartón para crear las tarjetas.
- Tijera.
- Fibras, crayones, lápices de colores o lo que prefieran para colorear.
- Si quieren pueden imprimir las imágenes.

Crearemos 54 tarjetas para poder armar 27 pares de combinaciones de alimentos. A continuación te dejamos los ejemplos.



TOMATE



TOMATE



BROCÓLI



BROCÓLI



ZANAHORIA



ZANAHORIA



PERA



PERA



DURAZNO



DURAZNO



MANDARINA



MANDARINA



PAN



PAN



FIDEOS



FIDEOS



ARROZ



ARROZ



LENTEJAS



LENTEJAS



GARBANZOS



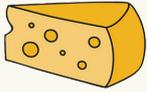
GARBANZOS



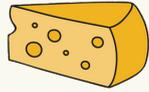
POROTOS



POROTOS



QUESO



QUESO



LECHE



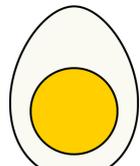
LECHE



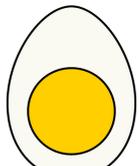
YOGUR



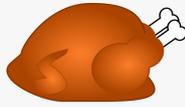
YOGUR



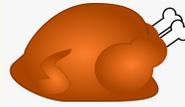
HUEVO



HUEVO



POLLO



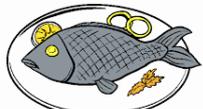
POLLO



CARNE



CARNE



PESCADO



PESCADO



ACEITE



ACEITE



FRUTOS  
SECOS



FRUTOS  
SECOS



AGUA



AGUA



AGUA  
SABORIZAD  
A NATURAL



AGUA  
SABORIZAD  
A NATURAL



SODA



SODA



CHOCOLATE



CHOCOLATE



GOLOSINAS



GOLOSINAS



PORCIÓN  
TORTA



PORCIÓN  
TORTA

Las tarjetas de color amarillo son alimentos opcionales.  
Si no están en tu alimentación, igual crecerás fuerte y sano.

Para niños y niñas de primero, segundo y tercer grado, se pueden utilizar la mitad de las tarjetas.



## LISTAS NUESTRAS TARJETAS...

### ¡A JUGAR!

#### ATENCIÓN

Necesitamos prestar mucha atención y usar muy bien nuestra memoria.



1

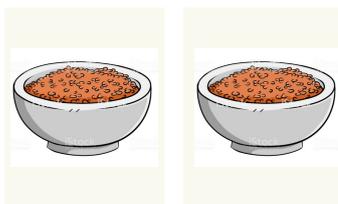
Colocaremos las tarjetas boca abajo, luego cada participante tendrá que ir dando vuelta de a una las tarjetas para ir recordando y descubriendo en que lugar se encuentra,

2

A medida que vayamos descubriendo las tarjetas, tendremos que armar las parejas de cartas iguales.



3



El jugador que arme más parejas de alimentos, será el ganador.