

4to
Grado

CIENCIA Y TECNOLOGÍA 4to



EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE:
Participamos en el procesamiento de los alimentos en la temporada de helada cuidando nuestra salud.



ACTIVIDAD: Describimos la deshidratación de los alimentos en temporada de helada.

PROPÓSITO: Describimos la deshidratación de los alimentos en temporadas de heladas y como nos ayuda en nuestra salud.



- ### RECURSOS
- Cuaderno u hojas de reuso
 - Lápiz, colores y borrador
 - Portafolio



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

¡Hola, queridos estudiantes! En esta nueva semana investigaremos sobre el procesamiento de algunos de los alimentos que consumes diariamente. Hoy reflexionarás sobre algunas prácticas y comportamientos que han adoptado las personas para su alimentación y cómo repercuten en su salud y desarrollo.

¡A empezar!



- Escribe 3 alimentos nutritivos que se hayan procesado gracias a las heladas





- Lee con atención la siguiente situación:



Amílcar y Elizabeth siempre tienen productos frescos en cantidad, pero muchas veces estos se malogran, su abuelo al ver esto les comentó que esos productos para que no se malogren podían transformarlos y secarlos así tendrían productos para todo el año y no se desperdiciaría nada de sus alimentos que consumen durante largos tiempos.



- Responden las siguientes preguntas:
 - ¿Qué tienen en cantidad Amílcar y Elizabeth?

- ¿Qué les dijo su abuelo?

¿Por qué los productos deben ser transformados o

- Con ayuda de un familiar escriban la respuesta.

- Escriban de dónde creen ustedes que podrían obtener información.

Internet

Libros

Enciclopedias

Preguntado a los abuelos....



- Con ayuda de un familiar, lean o subrayen algunas ideas que le parezcan interesantes y necesarias para comprobar su respuesta.

¿A qué llamamos deshidratación o secado de los productos?

El método de desecación de los tubérculos consiste en exponerlos a ciclos de congelación y aseado de forma alterna. En cada repetición, el tubérculo pierde agua hasta que, finalmente el calor del sol y cierto *prensado* a pie acaban el trabajo. Por ese motivo, la fabricación de chuño es estacional y está sujeta a condiciones meteorológicas que garanticen la presencia de heladas intensas. Esta época de heladas suele ser característica de los meses de junio y julio⁶ tras el solsticio de invierno en el hemisferio Sur.

Cosechados los tubérculos, se clasifican por tamaño, con preferencia por los de pequeño diámetro. Se extienden en suelo plano, cubierto de pajas o pasto seco, dejándolos congelar por la helada, durante tres noches aproximadamente. El proceso completo toma alrededor de 20 días y se realiza de forma comunitaria. Una vez que están congelados, se retiran del lugar donde se congelaron, se dejan al sol y se procede a "pisarlos", método que busca eliminar la poca agua que aún conservan los tubérculos ya congelados. Luego de esto se vuelven a congelar.

En el proceso se elimina al menos el 80% del peso de las papas, facilitando su transporte, almacenaje y conservación.

Inicialmente se usó carnes de auquénidos como la carne de guanaco o la llama, aunque el charqui puede prepararse casi con cualquier carne;¹ debido a esto y con la llegada de los españoles a América tomó más importancia el charqui de carne vacuna.

El método de preparación usualmente comienza por cortar la carne en lonjas o tiras lo más finas posible, quitarles la grasa y, en todo lo posible, la sangre (jugo de carne). Las tiras así preparadas son colgadas en sitios secos, ventilados y, sobre todo, muy soleados, hasta que toman una textura semejante a la del cartón e incluso a la del cuero, protegiéndolas de las moscas con telas de tipo mosquitero. Acabando el secado, se ponen en ahumado.

Luego, lo usual es que se la guarde en recipientes entre capas de sal común, añadiendo, a veces, pimienta, pimentón y ajíes desecados. Más raro es que se usen para la preservación del charqui capas de miel y propóleo.

- Responde las siguientes preguntas:

¿Por qué será necesario hacer el secado de nuestros productos?

¿Esa práctica cómo repercute en nuestra salud?

- Ahora, averiguarás los alimentos que son deshidratados en tu comunidad y describirán uno de ellos.
- Acompaña tu descripción con algunos dibujos.



Alimentos secados o deshidratados de mi comunidad

--

Elabora la descripción:

--

¿Sabías que?

Nuestra salud depende en gran medida de cómo nos alimentamos; por eso, debemos darle a la comida la importancia que se merece. Existen diferentes maneras de seleccionar y elegir alimentos que nos ayuden a estar sanos y crecer felices. Recuerda, no hay alimentos "malos", el problema radica en saber lo que contienen para poder decidir las cantidades en las que los consumiremos.





- Evalúa tus aprendizajes con el apoyo de un familiar y señala con una X el recuadro que corresponda a tu logro.

Criterios para evaluar mis aprendizajes	Lo logré	Necesito ayuda
Identifiqué, a partir de la información presentada, cuales son los alimentos que se pueden hacer su secado para su deshidratación y conservación.		
Investigué por qué es necesario conservar los alimentos.		
Identifique cuales de los productos pueden ser deshidratados.		

4to
Grado