Naturales

2.º de Primaria

Alimentos de origen animal y vegetal

De dónde sale cada cosa antes de llegar al plato.

Nombre y apellidos: _____ Fecha: _____

Recuerda

Todos los alimentos vienen de algún sitio. Casi todos, de un **animal** o de una **planta**.

De origen animal:

La **carne** → de la vaca, el cerdo, el pollo, el cordero.

La **leche** y todo lo que se hace con ella: **queso**, **yogur**, **mantequilla**.

Los **huevos** → de la gallina.

El **pescado** y el **marisco**.

La **miel** → de las abejas.

De origen vegetal:

Las **frutas** y las **verduras**.

Las **legumbres**: lentejas, garbanzos, judías.

Los **cereales**: trigo, arroz, maíz. Y lo que se hace con ellos: **pan**, **pasta**, **galletas**.

Los **frutos secos** y el **aceite de oliva**.

Hay algunos que vienen de **otro sitio**: la **sal** sale del mar y de las minas, y el **agua**, de la lluvia, los ríos y los pozos.

Trucos

La pregunta que hay que hacerse es sencilla: **¿de dónde ha salido esto?**

¿Ha salido de un **animal** o lo ha dado un **animal**? → **origen animal**.

¿Ha salido de una **planta**? → **origen vegetal**.

Cuidado con tres que se fallan mucho:

El **pan** es **vegetal**, aunque no lo parezca. Está hecho de **trigo**, que es una planta.

El **queso** es **animal**, porque se hace con **leche**.

La **miel** es **animal**, aunque las abejas la saquen de las flores: **la fabrica un animal**.

Y hay alimentos que llevan **de los dos**. Una **pizza** tiene harina —vegetal—, tomate —vegetal— y queso —animal—. Una **tortilla de patatas**, huevo —animal— y patata —vegetal—. Cuando un plato lleva varias cosas, hay que **separar los ingredientes** y mirarlos uno a uno.

Para el adulto. Mirar la nevera y clasificar en voz alta lo que hay dentro convierte el tema en cinco minutos de juego, y aparecen justo los casos difíciles.

1. Escribe A de animal o V de vegetal.

leche _____ manzana _____ huevo _____

pan _____ queso _____ lentejas _____

pollo _____ arroz _____ miel _____

2. ¿De qué animal viene? Une.

leche · huevos · miel · lana

la gallina — la abeja — la vaca — la oveja

3. ¿De qué planta viene? Contesta.

El pan viene del _____

El aceite viene de la _____

El zumo de naranja viene de la _____

4. Los que se fallan. Contesta y explica.

¿El pan es animal o vegetal? _____ ¿Por qué? _____

¿La miel es animal o vegetal? _____ ¿Por qué? _____

5. Rodea solo los de origen vegetal.

tomate · jamón · garbanzos · yogur · pera · nueces

6. Platos con las dos cosas. Separa los ingredientes.

Bocadillo de queso

vegetal: _____ animal: _____

Tortilla de patatas

vegetal: _____ animal: _____

Pizza de jamón y queso

vegetales: _____ y _____

animales: _____ y _____

7. Ni animal ni vegetal. Contesta.

¿De dónde sale la sal?

¿Y el agua?

8. Verdadero o falso.

El queso viene de la leche. Verdadero [ ] Falso [ ]

Las lentejas son de origen animal. Verdadero [ ] Falso [ ]

El arroz es un cereal. Verdadero [ ] Falso [ ]

La miel la fabrica una planta. Verdadero [ ] Falso [ ]

9. **Dibuja tu comida favorita en un plato.**

Escribe al lado **cada ingrediente** y pon **A** o **V** a cada uno.

El reto

Ve a la cocina con un adulto y abre la **nevera** y la **despensa**.

1. Elige **diez alimentos** distintos y apúntalos en una lista.

2. Al lado de cada uno escribe **A** si es de origen animal y **V** si es vegetal.

3. Si alguno lleva varias cosas —una galleta, un yogur con fruta, un bocadillo—, **separa los ingredientes**.

Después cuenta y contesta:

a) ¿Has encontrado más de origen animal o vegetal?

b) ¿Ha habido alguno que no supieras dónde poner? ¿Cuál?

c) Busca en tu lista **un alimento que venga de una planta pero no lo parezca**. ¿Cuál es?

Solucionario

Ejercicio 1: leche **A** · manzana **V** · huevo **A** · pan **V** · queso **A** · lentejas **V** · pollo **A** · arroz **V** · miel **A**.

Ejercicio 2: leche — **la vaca** · huevos — **la gallina** · miel — **la abeja** · lana — **la oveja**. La lana no es un alimento, pero también es de origen animal.

Ejercicio 3: el pan viene del **trigo** · el aceite, de la **aceituna u oliva** · el zumo, de la **naranja**.

Ejercicio 4: el pan es **vegetal** porque está hecho de **trigo**, que es una planta · la miel es **animal** porque **la fabrican las abejas**, aunque saquen el néctar de las flores.

Ejercicio 5: son vegetales el **tomate**, los **garbanzos**, la **pera** y las **nueces**.

Ejercicio 6: bocadillo de queso → vegetal **el pan**, animal **el queso** · tortilla de patatas → vegetal **la patata**, animal **el huevo** · pizza → vegetales **la masa o harina** y **el tomate**, animales **el jamón** y **el queso**.

Ejercicio 7: la sal sale del **mar** y de las **minas** · el agua, de la **lluvia**, los **ríos**, los **pozos** o los **manantiales**. No son ni animales ni vegetales.

Ejercicio 8: **verdadero** · **falso**, son vegetales · **verdadero** · **falso**, la fabrican las abejas, que son animales.

Ejercicio 9: dibujo libre. Se comprueba que sepa **separar los ingredientes** de un plato y clasificarlos uno a uno.

El reto: lista y respuesta abierta. Suele haber **más de origen vegetal**, sobre todo si se cuentan pan, pasta, arroz, legumbres, frutas y verduras. Los que más dudas dan son las **galletas**, los **cereales del desayuno** y los **platos preparados**, porque llevan de todo. Y el alimento vegetal que no lo parece suele ser el **pan**, la **pasta**, el **azúcar** o el **aceite**. Se da por conseguido si clasifica bien al menos siete de los diez.

Hoja de registro

Esta hoja es para el docente. Marca C en lo conseguido, EP en lo que va con ayuda y NC en lo que aún no aparece.

1. Clasifica alimentos por su origen. C [ ] EP [ ] NC [ ]

2. Relaciona cada producto con su animal. C [ ] EP [ ] NC [ ]

3. Relaciona cada producto con su planta. C [ ] EP [ ] NC [ ]

4. Resuelve los casos difíciles: pan, queso, miel. C [ ] EP [ ] NC [ ]

5. Separa los ingredientes de un plato. C [ ] EP [ ] NC [ ]

6. Sabe que la sal y el agua no son ni uno ni otro. C [ ] EP [ ] NC [ ]

7. Clasifica alimentos reales de su casa. C [ ] EP [ ] NC [ ]

El reto

Cómo leer el conjunto. El 4 es el que de verdad mide. Clasificar una manzana lo hace cualquiera; el pan y la miel exigen pensar de dónde vienen y no cómo se ven.

El 5 es un paso importante para 2.º: entender que un plato **no tiene un solo origen** y que hay que mirar ingrediente a ingrediente.

El 7 lleva el tema a la cocina, que es donde tiene sentido. Los alimentos preparados generan las dudas más interesantes y son la mejor conversación de la ficha.