



**ANEP**

DIRECCIÓN GENERAL  
DE EDUCACIÓN  
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN  
PLANEAMIENTO  
EDUCATIVO

Departamento  
de Tecnologías Educativas  
aplicadas y virtualidad



Portales educativos

# Propuesta didáctica: El mijo, un alimento lleno de potencial



**Descripción:**

Propuesta didáctica sobre alimentos y nutrición que utiliza metodologías activas, integrando Lengua y Biología.

**Formato:**

Propuesta didáctica con metodologías activas

**Fecha de creación:**

Marzo 2023

**Ciclo:** 1ero

**Tramo:** 2

**Espacio:**

Científico - Matemático

Comunicación

**Unidad curricular:**

- Ciencias del ambiente (Biología)
- Lengua Española

**Competencia general:**

- Comunicación
- Pensamiento Científico
- En relación con los otros

**Competencias específicas de la Unidad Curricular:**

- Interactúa dialogando con sus pares dando razones que justifican las opiniones y preguntas que surgen en la interacción con el otro ante hechos y fenómenos del mundo natural.
- Reconoce sus intereses y emociones, vinculándose con otros de manera empática, logrando una motivación propia, involucrándose en sus aprendizajes reconociendo qué aprendió, y cómo lo aprendió sobre procesos biológicos, para interactuar con sus pares y adultos y así construir vínculos de confianza.
- Formula preguntas, dialoga y da razones para construir sus puntos de vista.
- Organiza ideas e información con mediación del maestro para producir textos orales y escritos.

**Contenidos:****Lengua Española**

Oralidad: La expresión de opiniones en variadas situaciones. Razones para sostenerlas

Escritura: Producción de textos escritos en diferentes soportes y modalidades.

**Ciencias del ambiente: Biología**

Nutrición humana y salud.



**ANEP**

DIRECCIÓN GENERAL  
DE EDUCACIÓN  
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN  
PLANEAMIENTO  
EDUCATIVO

Departamento  
de Tecnologías Educativas  
aplicadas y virtualidad



Portales educativos

## Plan de aprendizaje:

### Actividad 1: Lectura del afiche

Lectura del siguiente afiche:



[Pág. 8 del documento Manual y conjunto de herramientas de comunicación del Año Internacional del Mijo.](#)

Se propone hacer una lectura de la información que aparece tanto en forma explícita como implícita, realizando preguntas guías que lleven al niño a oralizar el contenido presente, analizando el texto escrito y la imagen.

Posibles preguntas:

¿Qué es el mijo? ¿Hay algo en el afiche que me indique qué es?

¿Quién emitió el afiche?

¿Cuál es su intención?

¿Cuáles son los destinatarios?

¿Qué significa Año Internacional?

¿Qué puede representar el dibujo del logo?



Se realiza lectura del slogan: “Rico en patrimonio, lleno de potencial”.

Se sugiere abordar el concepto de patrimonio desde las Ciencias Sociales y el potencial del mijo como alimento desde las Ciencias del ambiente.

A partir de las siguientes **preguntas investigables**, surgen las actividades:

¿Qué significa que el mijo está lleno de potencial?

¿Por qué la FAO lo eligió para que el 2023 sea el Año Internacional del Mijo?

### **Actividad 2: Búsqueda de imágenes**

A partir de imágenes de mijo, que pueden ser aportadas por el docente o buscadas en internet, se propone llegar a la idea de que es un grano comestible. Se sugiere problematizar de donde sale el grano, realizando una nueva búsqueda.

Se podría trabajar la descripción oral del grano o de la planta y establecer comparaciones. ¿Conocen otros granos que se comen? Averiguar a qué grupos de alimentos pertenece. Volver al afiche y descubrir dónde está representada la planta de mijo.

### **Actividad 3: Problematización**

Se propone el trabajo con la siguiente situación:

*Andrés fue al médico y le recomendó comer mijo porque tiene falta de hierro en el organismo.*

¿Es correcta la recomendación?

¿Por qué el médico habrá pensado en ese alimento?

Para llegar a responder estas preguntas, se pueden utilizar diversos materiales y diversas metodologías:

Opción 1: Enviar la actividad al hogar para que busquen los materiales con la familia.

Opción 2: Enviar la actividad al hogar, aportando el docente los materiales, a través de la plataforma educativa.



Opción 3: Realizarla en la clase con la orientación del docente. Se sugiere utilizar alguna de estas técnicas cooperativas para esta actividad:



Materiales recomendados:



Infografía interactiva:



Video

(Se recomienda visualizar la primera parte)



Video



Video:

### Actividad 4: Alimento vs Nutriente

Retomar todo lo trabajado sobre el mijo y presentar el conflicto de alimento Vs nutriente.

En todas las informaciones habla de que el mijo es nutritivo. ¿Todos lo que comemos es igual de nutritivo? ¿Todos los alimentos son nutritivos?

Presentación de la siguiente infografía:



### Actividad 5: Experimentación

Luego de institucionalizar que el mijo posee minerales, en especial hierro, trabajar sobre la idea que hay otros cereales que también poseen minerales y se propone realizar un experimento para comprobar la presencia de hierro.



Video

Se sugiere realizar el experimento en la clase. Primero hipotetizar qué va a suceder, experimentar, realizar registro de lo observado y verificar las hipótesis.

### Actividad 6: Creación de afiches

Trabajar con las características propias del afiche. Analizar en el afiche presentado el uso de colores, el tipo de letras, las imágenes seleccionadas, analizando la función que cumple cada uno de los elementos.



En función de lo trabajado sobre alimentos nutritivos, seleccionar uno. Ayudar a los niños a buscar información sobre el mismo seleccionando la más importante y relevante sobre el tema elegido.

Crear un mensaje claro y conciso que se quiera transmitir.

Para el diseño se pueden utilizar diferentes materiales o se puede sugerir elaborarlo en alguna aplicación digital. Incluir imágenes que apoyen el mensaje. Pueden dibujar las imágenes o utilizar alguna que encuentren en internet.

Seleccionar colores y letras apropiadas para el tema para hacerlo atractivo y fácil de leer.

Revisar el afiche para detectar posibles errores y corregirlos.

Una vez terminado, los niños pueden compartirlo con sus compañeros de clase, familiares o en la escuela.

Se puede trabajar en forma individual o en equipo.

**Criterios de logro:**

- Diferencia nutriente de alimento.
- Opina y da razones sobre el potencial de los alimentos.
- Expresa su opinión, brinda razones y relaciona ideas.
- Produce textos escritos utilizando con adecuación recursos lingüísticos y paralingüísticos.

**Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación:**

Se sugiere continuar con la propuesta Dieta saludable: beneficios del mijo.

Como forma de dar seguimiento a los procesos individuales desarrollados durante esta secuencia de trabajo, se sugiere elaborar una rúbrica para registrar la progresión de aprendizaje de cada niño.

**Autor:** Devoto, Valentina; Ferro, Helena; Oyhenard, Graciela.

**Licenciamiento:** Creative Commons Atribución 4.0 Internacional



**ANEP**

DIRECCIÓN GENERAL  
DE EDUCACIÓN  
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN  
PLANEAMIENTO  
EDUCATIVO

Departamento  
de Tecnologías Educativas  
aplicadas y virtualidad



**Portales educativos**

**Material para consultar:**

<https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1629159/>

<https://www.fao.org/3/cc3253es/cc3253es.pdf>

**Créditos de las imágenes:**

Imagen de portada:

[https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-superior-quinua-cuchara-madera\\_7802029.htm#query=grano%20de%20mijo&position=2&from\\_view=search&track=ais](https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-superior-quinua-cuchara-madera_7802029.htm#query=grano%20de%20mijo&position=2&from_view=search&track=ais)