

CLAVES PARA ANTES Y DESPUÉS DE LA LECTURA!



"No es lo mismo comer que comer sano y equilibrado."

Edad lectora recomendada:
a partir de 6 años

¡Leer es vivir!

Primer ciclo
Educación Primaria

LA OBRA

TEMA:

Este cuento habla de un niño, Alberto, al que no le gusta la ensalada. Un sábado por la noche, castigado a ir a dormir sin ver la televisión porque no se había comido la ensalada de la cena, soñó que un tomate le explicaba la historia del Reino del Buen Plato.

En el Reino del Buen Plato la comida era sana y equilibrada hasta que empezaron a llegar las golosinas, los fritos y los envasados. Alberto comprende la importancia de comer sano y equilibrado.

EL AUTOR:

Pep Tort es maestro, pero en lugar de dar clase como la mayoría de los maestros, se ha dedicado a hacer pasacalles con el grupo Setrill, a hacer radio, en el programa "A cau d'orella", a explicar cuentos por las escuelas y a grabarlos en cassette. Éste es el primer cuento escrito que publica. A partir de ahora tendremos cuentos de Pep Tort para escuchar y también para leer y mirar.

LA ILUSTRADORA

Mercè Canals es ilustradora, y éste no es el primer cuento que ilustra: ya lleva un buen montón. No es fácil encontrar a alguien que haga los dibujos con tanta gracia. Las personificaciones de las cosas de comer que ha hecho en este cuento son muy atractivas y tienen la particularidad de ser originales e imaginativas sin dejar de ser figurativas.

REFERENCIA CURRICULAR:

CONCEPTO:

- Diferencia entre estilo directo e indirecto
- Vocabulario
- Concepto de nutriente y pirámide de los alimentos

PROCEDIMIENTOS:

- Leer y comprender un texto
- Memorizar un texto
- Clasificación de alimentos

ACTITUDES:

- Placer por la lectura, valoración del ritmo del texto
- Apreciación de la lectura de la imagen
- Necesidad de una alimentación equilibrada
- Crítica al consumismo

PISTAS PARA LA LECTURA

ARGUMENTO:

Alberto es un niño al que no le gusta la ensalada. Un sábado, a la hora de la cena, su madre lo castiga a ir a dormir sin ver la televisión, porque no se ha comido la ensalada.

En sueños habla con un tomate que le explica la Historia del Reino del Buen Plato, un reino del pasado en el que la comida era equilibrada, y donde reinaba un rey que comía de todo, hasta que un día aparecieron unos alimentos envasados y plastificados, que poco a poco fueron invadiendo el Reino del Buen Plato hasta que el Rey, que se lo comía todo, murió como encantado. Al día siguiente, Alberto se levantó y se comió toda la ensalada; había aprendido la lección y no quería que le pasara como al Rey del Reino del Buen Plato.

LOS PERSONAJES:

- **Alberto:** el niño protagonista a quien el Tomate explica la historia del Reino del Buen Plato.
- **El Tomate:** explica la historia a Alberto.
- **El Rey del Reino del Buen Plato:** es el encargado de disfrutar de la comida.
- **Alimentos:** legumbres, fruta, huevos, pescado, etc.
- **La madre y el padre de Alberto:** están decididos a que su hijo coma de todo.

VALORES:

- Aceptación de la importancia de comer variado y equilibrado.
- Respeto a las decisiones de los adultos, en este caso de la madre.

TEMAS TRANSVERSALES

- Necesidad de una alimentación sana y equilibrada. (*Educación para la salud*)
- Rechazo del exceso de envases y plastificados. (*Educación para el consumo*)
- Análisis de mensajes publicitarios. (*Educación para el consumo*)

PROPUESTAS DE ACTIVIDADES

IDEAS PREVIAS:

- Hablamos con los niños y niñas de la comida, de lo que les gusta y lo que no les gusta. Los invitamos a que nos expliquen si en casa les hacen comer de todo, incluso lo que no les gusta tanto, o bien si hay algunas cosas que no comen nunca, o no hacen nunca. ¿Se terminan toda la comida del plato?, ¿pueden dejarse una poca?, ¿hay cosas que no les gustan pero que depende de cómo estén cocinadas, sí?
- Hablamos también de si comen muchas cosas en bolsa o envase: patatas fritas, galletas, bebida en lata o en botella... Comentamos que los envases a veces son muy útiles porque garantizan la conservación y la manipulación higiénica de los alimentos, pero otras veces no son tan necesarios.
- ¿Sabrían elaborar bebidas naturales en vez de comprarlas envasadas?
- ¿Y los castigos? Hablamos de si los castigan a menudo. ¿Alguna vez los han castigado a ir a dormir sin ver la televisión?, ¿los castigan por problemas con la comida, o por otros problemas?, ¿están de acuerdo con los castigos?, ¿qué podrían hacer los padres en vez de castigar? Y ellos, ¿qué podrían hacer para evitar que los castigaran?
- Alberto tiene un sueño. Hablemos de los sueños que tienen ellos. ¿Recuerdan sueños que hayan tenido?, ¿les divierte soñar o lo pasan mal?

ANÁLISIS:

- Que intenten clasificar los alimentos más frecuentes en los tres grupos que hace el tomate Mofletes Rojos. (Aquí podría salir el concepto de nutriente.) Lo aprovecharemos para trabajar la pirámide de los alimentos.
- Que hablen de familias de alimentos, por ejemplo leche y derivados (alimentos que se hacen a partir de la leche: requesón, queso, petitsuís, natillas, yogur, flan, etc.).
- Que observen un tomate tal como es en la tomatera: tallo, piel, pulpa y semillas. Con el tomate podemos hacer salsa, ¿cómo harían una salsa de tomate natural? La pueden hacer cruda o frita.
- ¿Qué le dirían a Alberto para convencerlo de que debe comer ensalada?
- Que pidan a su madre, a su padre, a su abuela o a un amigo de la escuela que les explique una receta de cocina. Preguntad si sabrían hacerla o ayudar a hacerla.
- Repartir la parte del texto que está escrita en verso entre unos cuantos niños y niñas para que la memoricen y después pedir a un niño que lea el cuento, es decir que haga de narrador, y que vaya dando entrada a los que tienen fragmentos del cuento memorizados. También se puede representar.
- Comentar las ilustraciones. Se pueden hacer pequeños grupos y pedir que escojan una página y miren detenidamente la ilustración. Hay muchos pequeños detalles para observar. Después podemos pedir que expliquen lo que les haya gustado más, o bien lo que creen que ha pasado desapercibido por los demás.

SÍNTESIS FINAL

- Después de haber leído, o escuchado, memorizado y mirado las ilustraciones del cuento, ahora les pedimos que hagan un dibujo de una comida que sea la que a ellos les gustaría más y que a la vez sea equilibrada. Podemos utilizar la personificación tanto de los alimentos como de los utensilios que se utilicen.

AHORA TE TOCA A TI – 2 (después de leer)

Di qué quieren decir estas expresiones:

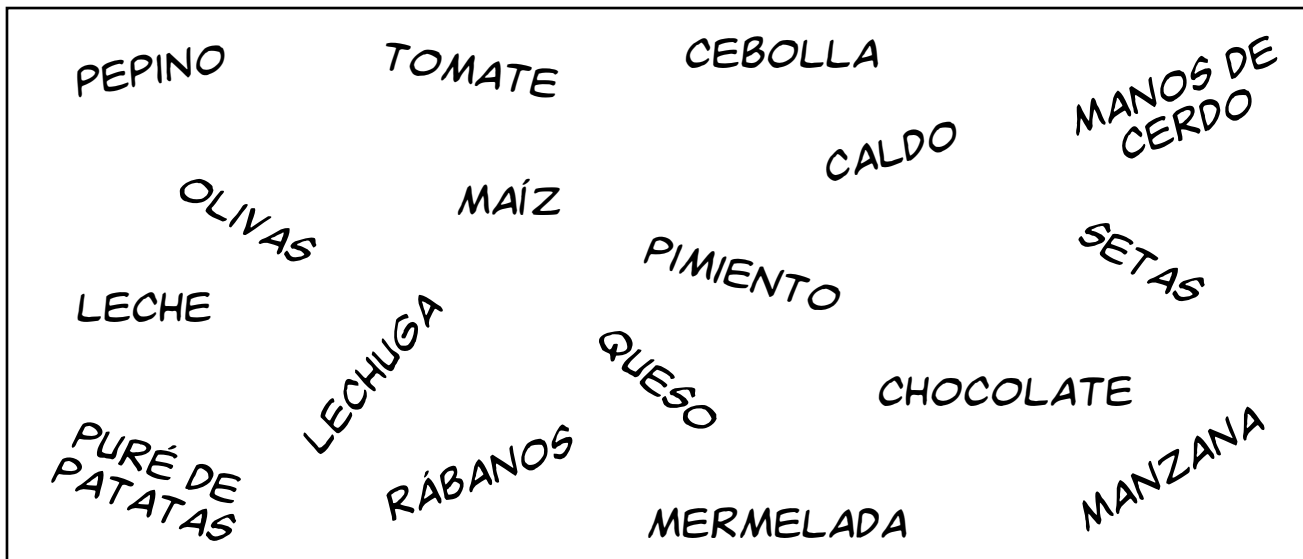
- Comer a dos carrillos
- Estar en los huesos.....
- Comer como una lima
- De grandes cenas están las tumbas llenas.....
- Hacerse la boca agua
- A falta de pan, buenas son tortas.....

Coloca los alimentos de esta lista en uno de los tres grupos siguientes:
 lomo, sardina, cebolla, jamón serrano, zanahoria, olivas, aceite, pimiento, perejil, acelgas, patatas, tomate, lentejas, vinagre, mayonesa, bacalao, lechuga, manzana, pollo, merluza, almendras, fresas, longaniza, setas.

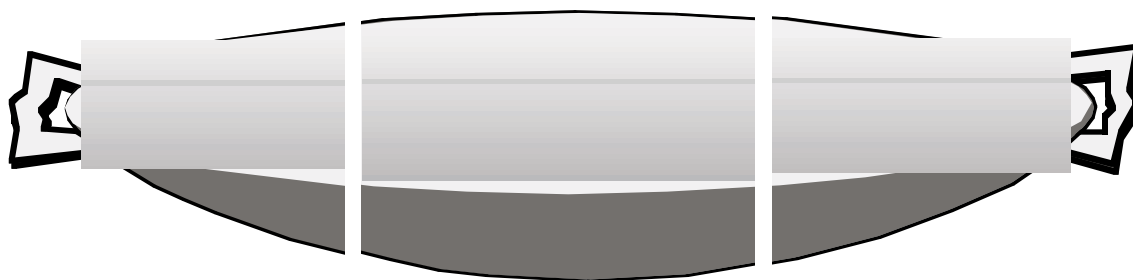
COMEMOS COCIDOS	COMEMOS CRUDOS Y COCIDOS	COMEMOS CRUDOS

AHORA TE TOCA A TI - 3 (después de leer)

Rodea con un círculo los alimentos que te gustaría encontrar en la ensalada. Escribe unos cuantos más.



Dibuja en cada trozo de esta bandeja uno de los grupos de alimentos que explica el cuento que había en el Reino del Buen Plato



Esta ficha, en su totalidad, es material reproducible para actividades en aula con autorización expresa de Grupo Editorial Everest.

RECUERDOS DE MI LIBRO



Título: _____

Autor/a: _____

Ilustrador/a: _____

Colección: _____

Editorial: _____

Lo que me gustó y no me gustó: _____

PARA MAYOR INFORMACIÓN...

Otros títulos recomendados para este ciclo:

- LILY Y SU BOLSO DE PLÁSTICO MORADO; Kevin Henkes (Col. Montaña Encantada – Editorial Everest)
- LA NUBE DE RONQUIDOS; José María Hernández Aguiar (Col. Montaña Encantada – Editorial Everest)
- ZARANDA; Rafael Cruz-Contarini (Col. Montaña Encantada – Editorial Everest)
- MI HERMANA CLARA Y LA BICICLETA; Dimiter Inkiow (Col. Montaña Encantada – Editorial Everest)
- NARIZ DE SERPIENTE; Carmelo Salmerón (Col. Montaña Encantada – Editorial Everest)

