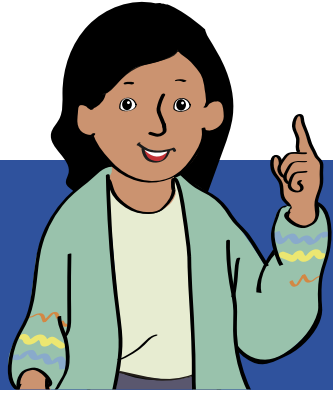


Primaria - 1^{er} y 2.º grado

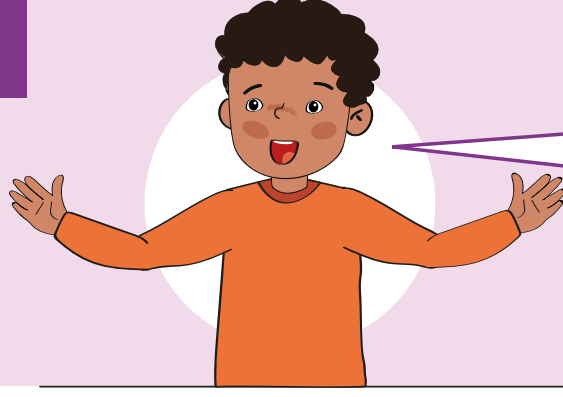
Actividad: Mis alimentos saludables



Para la lectura del cuento,
pon en práctica los siguientes pasos:

Paso 1

Antes de
leer el
cuento



Prepara tarjetas con imágenes de la kiwicha y lleva granos del cereal.

Permite que exploren y conversa con ellas y ellos, indicando que es un alimento muy bueno.

Paso 2

Durante
la lectura
del cuento

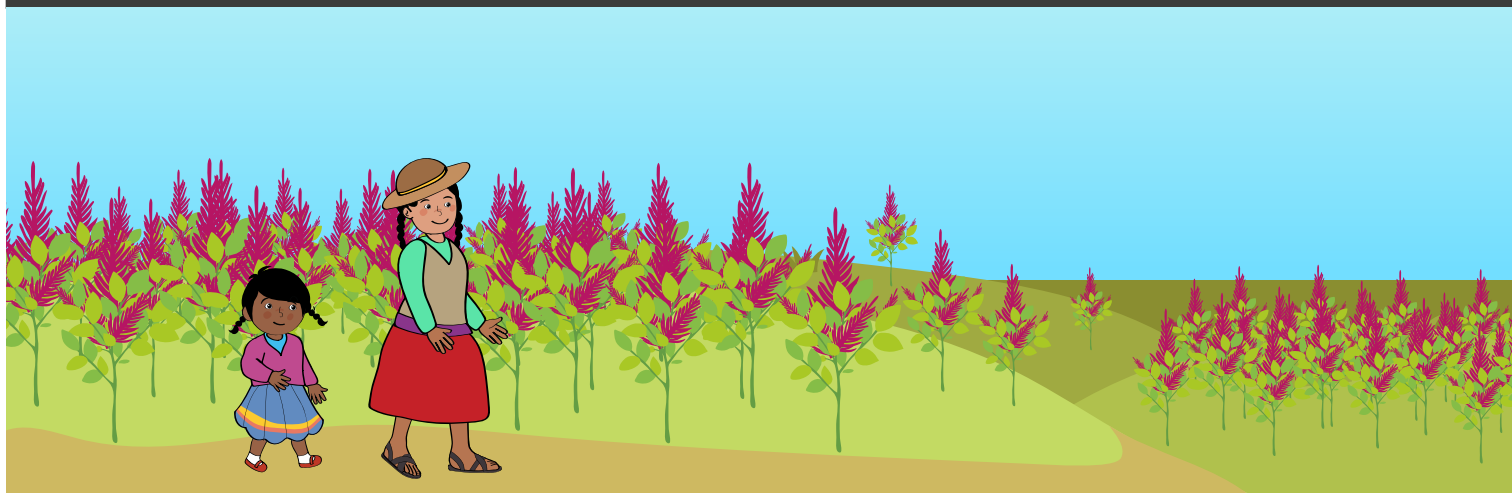


Dramatiza las acciones de caminar, jugar entre las plantas de kiwicha, probar la kiwicha.

Pregunta a la niña o el niño: "¿De qué color son las plantas de kiwicha? ¿Cómo es el grano de kiwicha?"

Cuento: La kiwicha de Yanay

Había una vez una niña llamada Yanay, que vivía en un pueblo de la sierra. A ella le gustaba acompañar a su mamá a la chacra a sembrar plantas de kiwicha.



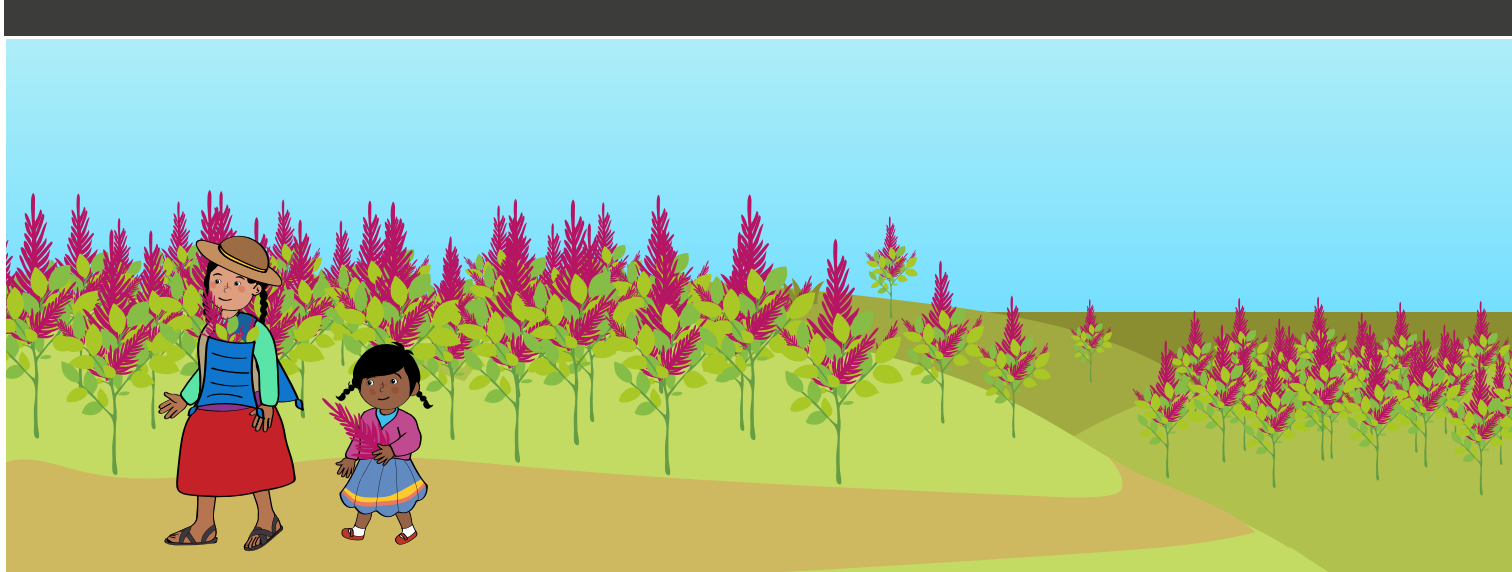
Su mamá cantaba alegres huainitos y Yanay bailaba entre las plantas de kiwicha que se movían con el viento, como si bailaran con ella.



¡Qué grande está la kiwicha, mamá! ¡Me está ganando en tamaño! ¡Mira sus colores rojitos y morados! ¡Tengo ganas de abrazarlos!

La kiwicha da granos muy pequeños y las hojas de las plantas se utilizan para preparar sopas. Llevemos un poco para cocinar.

Con su mamá recogieron un poco de kiwicha y regresaron contentas.



En casa, Yanay dijo:

¡Vamos a preparar muchas comidas! ¿Te ayudo a cocinarlas, mamá?

¡Por supuesto! Debemos comer mucha kiwicha para estar sanos y fuertes.

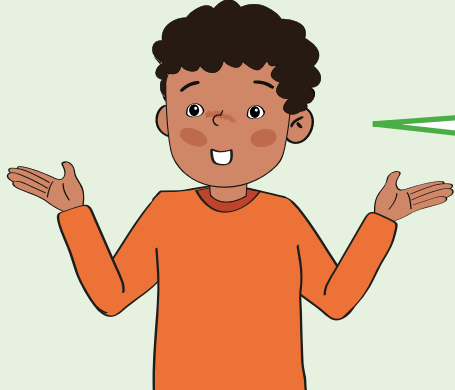
Yo también quiero ayudar.

Y, así, Yanay y su familia jugaban juntos en la chacra y compartían deliciosas comidas gracias a la kiwicha.



Paso 3

Después de
la lectura
del cuento



Realiza las siguientes preguntas:

¿Cómo es la kiwicha?
¿Vamos a probarla?