



Educación para el Hogar

Tarea #1 II periodo

Centro educativo: Colegio Ambientalista el Roble de Alajuela

Docente: Iliana Cruz V sección 7 Valor: puntos 10 Porcentaje: 3 %

Fecha de envío: 05-08-2026 Fecha de entrega: **Semana del 19 al 21 según su horario.**

puntos obtenidos _____ Porcentaje obtenido _____ Calificación obtenida

Nombre del estudiante: _____

Firma de la persona encargada: _____

Aprendizajes esperados: Comprender la alimentación en sus diversos aspectos: como salud nutricional.

Indicaciones Generales: La tarea debe ser realizada por el estudiante con orden y aseo. Posee fecha única de entrega, de no entregarse ese día, se le revisa formativamente, pero se le asigna un 1 como calificación. En caso de faltar, debe entregar justificación en un tiempo de tres días hábiles para presentarlo junto con dicha justificación.

(La tarea se debe realizar en una hoja aparte y pegar en este documento)

Actividad #1. Realice **dos menús de platos saludables** (pueden ser desayuno, almuerzo o cena).

Cada menú debe incluir: **5 alimentos diferentes** del **círculo de la alimentación** (el plato del buen comer) debe ser equilibrado y saludable.

Se hace de forma escrita si lo desea puede dibujar los alimentos.

Nota: Para realizar la tarea debe tomar en cuenta los grupos alimenticios.

1. Cereales y harinas, frutas, verduras, Proteínas y Lácteos

Tabla de calificación numérica: Uso exclusivo del docente

Reconoce la alimentación equilibrada mediante menús saludable.				
10	8	6	4	2

No presenta errores. **10 puntos**

Presenta 1 error. **8 puntos**

Presenta 2 errores. **6 puntos**

Presenta 3 errores. **4 puntos**

Presenta 4 o más errores. **2 puntos**