

Juego Factile de Nutrición (Jeopardy) Grados 3-5 Direcciones, preguntas y respuestas

Maestros: Pueden acceder a los juegos de Nutrición Factile para los grados 3-5 en inglés o español en nuestro sitio web en web.uri.edu/snaped en Education and Resources/Curriculums/Factile Fun Game Grades 3-5 English (o Spanish) o en:

www.playfactile.com/factilefungrades3to5english

www.playfactile.com/factilefungrades3to5spanish

Direcciones:

1. Divida la clase en 1-5 equipos. Cinco equipos es el número máximo permitido.
2. Seleccione "Factile Jeopardy Style".
3. Seleccione el número de equipos que tiene.
4. Seleccione "No" para el modo de timbre, ya que no está disponible.
5. Seleccione un icono de fruta o verdura para representar a cada equipo. Los iconos se resaltarán en amarillo cuando se seleccionen.
6. Seleccione "Begin Game" (Iniciar juego) y aparecerá el tablero de juego.
7. Dale a cada equipo un turno para seleccionar una categoría y una pregunta, y luego respóndala. (Consulte las páginas siguientes para obtener una lista de todas las preguntas y respuestas). Si un estudiante responde la pregunta correctamente, haga clic en la marca de verificación verde y la cantidad en dólares se agregará al total de su equipo. Si un estudiante responde incorrectamente, haga clic en la "X" roja y se deducirá la cantidad. Haga clic en "Continue" para volver al tablero de juego para el turno del siguiente equipo. También puede revelar la respuesta a una pregunta sin agregar ni deducir dinero haciendo clic en la pestaña amarilla "Skip/See Answer" (Omitir / Ver respuesta) en la esquina superior derecha de la pantalla. Tenga en cuenta que el juego no continuará hasta que alguien responda la pregunta correctamente o haga clic en "Skip/See Answer" (Omitir / Ver respuesta).
8. Puede finalizar el juego una vez que se hayan respondido todas las preguntas, y el equipo que haya ganado la mayor cantidad de dinero determine el ganador, o puede continuar el juego con Final Factile (Final Jeopardy). También puede pasar a Final Factile (y dejar algunas preguntas sin respuesta) haciendo clic en la pestaña "Final Factile" en el lado izquierdo de la pantalla. Consulte la página 4 para obtener más información.

Categoría: MiPlato/Grupos de Alimentos

100 Verdadero o Falso: MiPlato es una guía del gobierno de los Estados Unidos que nos muestra cuánto necesitamos de cada uno de los cinco grupos de alimentos.

Respuesta: *Verdadero*

200 ¿De dónde vienen los granos?

Respuesta: *Se cultivan en suelo en granjas y jardines.*



300 Nombre 3 alimentos saludables que se encuentran en el grupo de los granos.

Respuesta: *pan, pasta, arroz, fideos, galletas saladas, bagels, etc.*

400 Nombre 3 alimentos que se encuentran en el grupo de las proteínas.

Respuesta: *pollo, pavo, pescado, carne de res, cerdo, huevos, frijoles, nueces y semillas*

500 Jen comió pasta con queso y fresas para la cena. ¿Qué alimentos puede agregar a esta comida para tener alimentos de los 5 grupos de alimentos?

Respuesta: *añadir una verdura y un alimento del grupo de las proteínas*

Categoría: Cuerpo Humano

100 Verdadero o Falso: Mantenerse activo durante 60 minutos todos los días ayuda a mantenerse sano.

Respuesta: *Verdadero*

200 Nombra una forma en que tu cuerpo te indica que tienes hambre.

Respuesta: *gruñidos estomacales, dolor de cabeza, sensación de mareo o aturdimiento*

300 El proceso por el cual su cuerpo descompone los alimentos después de comer se llama _____.

Respuesta: *digestión*

400 Cuando no bebe suficiente agua, puede provocar _____.

Respuesta: *deshidratación*

500 ¿Cómo se llaman las sustancias que se encuentran en los alimentos que tu cuerpo necesita para funcionar correctamente?

Respuesta: *nutrientes*

Categoría: Conozca sus Nutrientes

100 ¿Qué nutriente se encuentra en los cereales integrales, las frutas y las verduras que te hace sentir lleno y ayuda a la digestión?

Respuesta: *fibra*

200 ¿Cómo se llama la cantidad de energía que se encuentra en los alimentos?

Respuesta: *calorías*

300 ¿Qué nutriente es la principal fuente de energía de su cuerpo y alimenta sus músculos?

Respuesta: *carbohidratos*

400 ¿Qué nutriente ayuda a que sus músculos y células crezcan y se reparen?

Respuesta: *proteína*

500 Qué nutriente protege tus órganos, te mantiene caliente y mueve vitaminas a través de tu cuerpo?

Respuesta: *grasa*

Categoría: Hechos de Alimentos

100 Esta fruta, como su nombre en inglés, se compone principalmente de agua y es buena para el corazón.

Respuesta: *sandía*

200 Nombra un alimento que deba almacenarse en el refrigerador y uno que pueda almacenarse en el mostrador.

Respuesta: *refrigerador – leche, yogur, carne, huevos, etc.; mostrador: pan, galletas, pasta, plátanos*

300 Nombra tres alimentos que un vegetariano evita.

Respuesta: *carne de res, pollo, cerdo y huevos; algunos también evitan los productos lácteos: leche, queso y yogur.*

400 ¿Qué dos alimentos harían una merienda saludable? Recuerde: una merienda saludable contiene dos alimentos de dos grupos de alimentos diferentes.

Respuesta: *apio y mantequilla de maní, manzana y hummus, zanahorias pequeñas y galletas integrales, yogur y fresas, leche y plátano bajos en grasa, cereales integrales y leche baja en grasa*

500 ¿Qué tres alimentos harían un desayuno saludable? Recuerda: Un desayuno saludable contiene tres alimentos de tres grupos de alimentos diferentes.

Respuesta: *huevo, tostadas integrales y una naranja; cereal integral, banano y leche baja en grasa; yogur, arándanos y un bagel integral, etc.*

Categoría: Vitaminas y Minerales

100 Verdadero o Falso: El brócoli contiene más vitaminas y minerales que las papas fritas.

Respuesta: *verdadero*

200 ¿Qué mineral contienen los productos lácteos que ayuda a formar huesos y dientes fuertes?

Respuesta: *calcio*

300 ¿Cuál es un ejemplo de un alimento que contiene mucha vitamina C?

Respuesta: *naranjas, jugo de naranja, fresas, pimientos, brócoli, papas y tomates*

400 ¿Qué vitamina ayuda a tu vista?

Respuesta: *vitamina A*

500 ¿Qué vitamina produce su cuerpo a partir de la luz solar y es importante para la salud de los huesos?

Respuesta: *vitamina D*

Categoría: Esto y Aquello

100 Verdadero o Falso: Si pruebas un alimento nuevo una vez y no te gusta, nunca debes volver a probarlo.

Respuesta: falso: es posible que deba probarlo al menos 10 veces antes de que te guste

200 Verdadero o Falso: En muchas culturas, preparar comida es una forma de mostrarle a la gente que te preocupas por ellos.

Respuesta: *verdadero*

300 Los anuncios en la televisión son una buena manera de aprender sobre alimentos saludables.

Respuesta: *falso: la mayoría de los anuncios en la televisión son de alimentos poco saludables.*

400 Este alimento se parece a un banano, pero se usa como verdura en muchas culturas.

Respuesta: *plátano*

500 Si quieres saber cuánta azúcar se le ha agregado a un alimento, ¿qué buscarías en la etiqueta de información nutricional?

Respuesta: *azúcar añadida*

¿Cómo funciona el Final Factile (Final Jeopardy)?

Una vez que los estudiantes han respondido todas las preguntas en el tablero de Jeopardy, o ha optado por saltar a Final Factile haciendo clic en la pestaña en el lado izquierdo de la pantalla, aparecerá la pantalla Final Factile. Tiene la opción de omitir apuestas usando la pestaña roja. Si elige que los equipos apuesten dinero, necesitará:

1. Ingrese los montos en dólares haciendo clic en los cuadros azules. Los equipos pueden apostar parte o todo su dinero. Si un equipo responde la pregunta correctamente, ganará la cantidad que aposte. Si un equipo responde incorrectamente a la pregunta, perderá la cantidad que apostaron. Los equipos deben ingresar una cantidad apostada menor o igual a la cantidad de dinero que tiene el equipo. Finalmente, si un equipo tiene un monto negativo, debe ingresar "0" para el monto de la apuesta o de lo contrario el juego no continuará.
2. Haga clic en "Enter Valid Wagers" (Ingresar apuestas válidas).
3. Puede mostrar las apuestas haciendo clic en la pestaña amarilla en el lado derecho de la pantalla.
4. La pregunta de Final Factile aparecerá en la pantalla y todos los equipos deberán responderla.



5. Haga clic en "Continue" para revelar al ganador.
6. Haga clic en "Show Scores" (Mostrar puntuaciones) para ver las puntuaciones de todos los equipos.

Tenga en cuenta: Depende del maestro determinar qué equipo(s) responde correctamente a la pregunta Final Factile. Los equipos deberán escribir la respuesta o responder la pregunta en privado antes de que se revele la respuesta. (La pregunta y la respuesta se enumeran a continuación). Cuando haga clic en la marca de verificación verde o la X roja, los iconos del equipo desaparecerán. Una vez que todos los equipos hayan respondido la pregunta, la respuesta aparecerá en la pantalla.

Pregunta Final Factile:

¿Por qué es importante comer más alimentos Go en lugar de alimentos Whoa?

Respuesta Final Factile:

Los alimentos Go como frutas y verduras contienen vitaminas y minerales que son importantes para que tu crezcas y estés saludable. Los alimentos Go del grupo de las proteínas, como los huevos, el pollo, el pescado, los frijoles y las nueces, ayudan a mantener los músculos fuertes. Los alimentos Go del grupo de los productos lácteos como la leche, el queso y el yogur bajos en grasa ayudan a mantener los huesos y los dientes fuertes.

Para obtener más información: Si tiene alguna pregunta sobre este juego o el plan de estudios de nutrición de frutas y verduras frescas, comuníquese con Heidi Hetzler, RD al (401) 277-5043 o heidihetzler@uri.edu. El plan de estudios está disponible electrónicamente en nuestro sitio web en web.uri.edu/snaped bajo Education and Resources/Curriculum.

Marzo 2022