



FOOD AND NUTRITION

# “El semáforo de la buena alimentación”

Ref. 20553



FOR EDUCATIONAL PURPOSES

# EL SEMÁFORO DE LA BUENA ALIMENTACIÓN

Ref. 20553



## CONTENIDO:

- Fichas: 6 semáforos + 54 alimentos + fichas redondas (verde, ámbar y rojo)
- Pirámide de los alimentos a color
- Pirámide de los alimentos en blanco y negro, para fotocopiar y colorear

## EDAD RECOMENDADA:

De 4 a 8 años.

## OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

Juego de **asociación** que consiste en relacionar 54 alimentos básicos con los colores del semáforo, en base a la frecuencia con que se deben tomar los alimentos (verde: a menudo / ámbar: a veces / rojo: ocasionalmente).

## SISTEMA DE JUEGO Y RECOMENDACIONES DE USO

- 1) Se reparte una ficha del semáforo y 3 fichas redondas (verde, ámbar y roja) por alumno. En el centro de la mesa se dejan boca arriba en un único montón las fichas cuadradas con los diferentes alimentos.
- 2) Por turnos, el primero coge la ficha del alimento que está arriba del montón y decide con qué frecuencia se ha de tomar ese alimento poniendo una de las 3 fichas redondas sobre el semáforo, según corresponda:
  - VERDE: a menudo
  - ÁMBAR: a veces
  - ROJO: ocasionalmente
- 3) Comprobar si la ficha redonda del semáforo elegida coincide con el color del reverso del alimento:
  - a. Si coincide es correcto: el jugador se queda con la ficha del alimento.
  - b. Si no coincide, no es correcto: el jugador dejará la ficha boca arriba, debajo del montón de los alimentos.
- 4) Cuando ya no quedan fichas de alimentos en el centro de la mesa, el jugador que más fichas de alimentos tiene, es el ganador y el que mejor conoce la frecuencia con que se han de tomar los alimentos para mantener una alimentación sana y equilibrada.



Recomendaciones de uso:

- Pueden jugar **hasta 6 NIÑOS**.
- Dotado de SISTEMA AUTOCORRECTOR en el reverso de las fichas.
- Antes de dar comienzo, se recomienda que el profesor compruebe que los alumnos han comprendido el sistema de juego y el sistema auto-corrector.



