



GUÍA N°2

CLASE N°3 Y 4

TALLER DE LENGUAJE

SÉPTIMO BÁSICO

Relacionar los recursos gráficos y la información verbal de un texto

Objetivo:

El propósito de esta guía es que aprendas a **relacionar la información** que entregan los recursos gráficos con el texto en el cual están insertos para comprender globalmente la información.

Algunos textos presentan recursos gráficos que complementan, ilustran o ejemplifican la información textual. Entre estos recursos se encuentran **imágenes, gráficos, tablas mapas, diagramas** entre otros. Cuando leemos textos que usan recursos gráficos debemos determinar qué función cumplen estos respecto del texto.

➤ Para comenzar el trabajo de esta guía, observa el texto que vas a leer. Luego realiza las actividades.

1. ¿Qué tipo de texto leerás? Subraya tu respuesta.

- a) Un relato histórico.
- b) Un texto instructivo.
- c) Un texto informativo.
- d) Un artículo enciclopédico.

2. Reflexiona y justifica tu respuesta anterior.



3. Completa el siguiente cuadro.

Alimentación Balanceada	
Lo que sé...	Lo que quiero saber...

Observa detenidamente la imagen que aparece en el texto y responde.

4. ¿Cómo crees que se relaciona esta imagen con el concepto de alimentación saludable?

5. ¿Qué importancia tiene esta imagen en la comprensión del texto?

Mira el gráfico cada vez que se lo mencione, para comprender mejor la información.

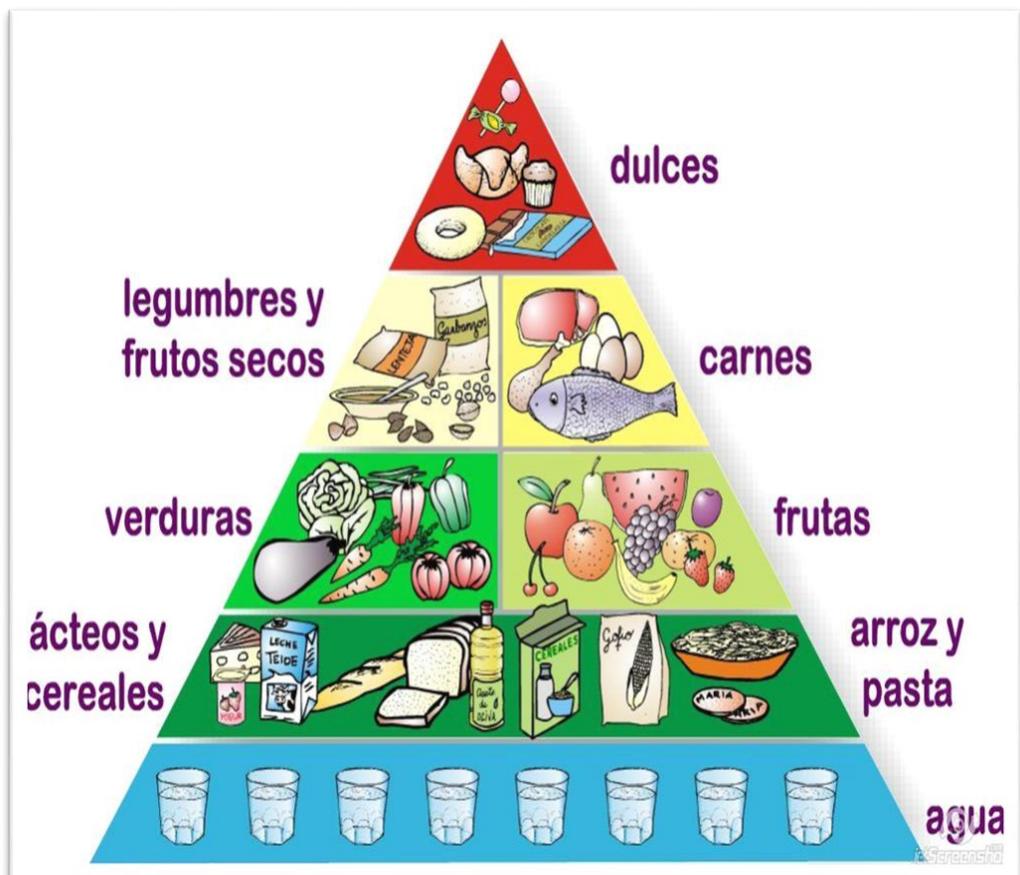


Lee el siguiente texto y realiza las actividades.

¿Qué alimentos consumir y en qué cantidad para lograr una alimentación balanceada?

La pirámide alimenticia es la herramienta más frecuente para dar indicaciones sobre la cantidad y los diferentes tipos de alimentos que necesitamos para tener una dieta balanceada y mantenernos saludables.

El gráfico se lee de abajo hacia arriba, pues los alimentos que están en la base son aquellos que se deben ingerir en mayor cantidad y diariamente. A medida que estos se ubican más cerca de la punta de la pirámide, su consumo debe disminuir, y de preferencia, ser ocasional.





Grupo 1: Cereales, papas, fideos y pan

En la base de la pirámide, se encuentra el grupo de los cereales, papas, fideos y pan. Estos son los alimentos que debemos ingerir en buena cantidad dentro de nuestra dieta diaria. A este grupo pertenecen el arroz, la avena, el pan, los fideos, las papas y todas las harinas. Estos alimentos sirven como fuente de energía para realizar las actividades físicas y mentales diarias.

Grupo 2: Frutas y verduras

Después del grupo 1, el grupo de alimentos más importante es el de las frutas y verduras. Su consumo tiene que ser frecuente y variado. En cada comida las verduras crudas o cocinadas deben ocupar un tercio del plato. Es recomendable consumir de 5 a 7 porciones diarias de vegetales y frutas. Una porción de fruta puede medirse fácilmente como lo que cabe en una mano, es decir una manzana, medio melón, unas cuantas uvas, etc. A este grupo pertenecen todas las frutas y verduras, menos la palta y el coco que se les considera grasas.

Grupo 3: Productos lácteos, carnes, pescados y mariscos, huevos y legumbres.

Este grupo reúne los dos compartimientos del siguiente nivel de la pirámide.

Estos alimentos deben consumirse diariamente en cantidades menores a los dos grupos anteriores. A este grupo pertenece la leche, el queso, el yogurt, las carnes, los pescados y mariscos, los huevos y las legumbres. Estos alimentos son importantes porque contienen muchas proteínas que son como bloques de construcción para los tejidos del cuerpo. También son ricos en minerales esenciales, como el calcio y el hierro.

Grupo 4: Grasas, azúcares, postres, golosinas y gaseosas.

Este grupo de alimentos se ubica en la punta de la pirámide ya que no es recomendable ingerirlos diariamente en gran cantidad. Estos alimentos pueden ser divididos en dos subgrupos: el primero incluye grasas, llamadas también lípidos; el segundo incluye azúcares, postres, golosinas y gaseosas.

tomado de www.saluddealtura.com (fragmento adaptado)

Trabajo con palabras

Para comprender un texto es necesario conocer el significado de las palabras que lo componen. Para ello, realiza las siguientes actividades de vocabulario.

1. La palabra **dieta** tiene más de un significado. Une la palabra con el significado utilizado en el texto

Dieta

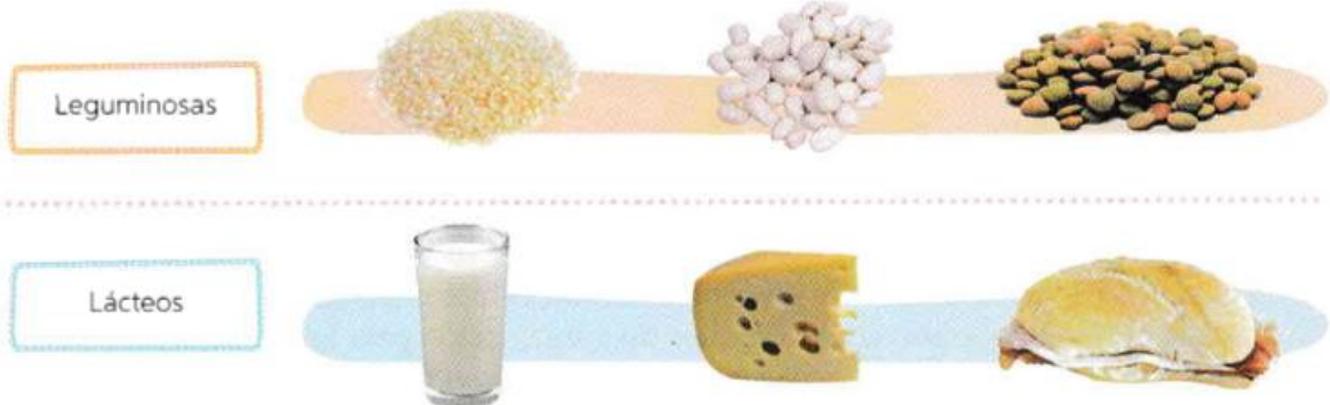
Prohibición del consumo de ciertos alimentos.

Alimentos y bebidas que se comen y beben a diario.

2. ¿Qué se puede **ingerir**? Lee el listado de palabras y, luego, subraya según corresponda.
 - a) Alimentos
 - b) Enfermedades
 - c) Bebidas
3. Vuelve a mirar la actividad anterior y responde: ¿qué significa **ingerir**? Contrasta tu respuesta con un diccionario y corrige si es necesario.



4. Encierra en un círculo los elementos que forman parte del grupo.



Vuelve a leer el texto y luego responde.

5. Según el texto, ¿cómo debe leerse la pirámide alimenticia? subraya tu alternativa.

- a) De arriba hacia abajo.
- b) De abajo hacia arriba.
- c) De izquierda a derecha.
- d) De derecha a izquierda.

6. ¿Por qué motivos las galletas se encuentran en la parte superior de la pirámide? Escribe tu respuesta.

7. ¿Qué información entrega [a pirámide alimenticia que aparece en el texto anterior? Escribe tu respuesta.

8. ¿Con qué información verbal entregada por el texto se relaciona este recurso gráfico?
¿Por qué?

9. Según tu respuesta anterior, ¿qué función cumple este recurso gráfico? subraya tu respuesta.
- a) Explica la información contenida en el texto.
 - b) Da un ejemplo de lo que quiere decir el autor.
 - c) ilustra parte de la información verbal del texto.
 - d) Entrega información complementaria a la entregada por el texto.

Los **recursos gráficos** se relacionan de diversas maneras con la información verbal de un texto: a veces, **ejemplifican** lo que se señala; otras, **ilustran** la información o **entregan información** complementaria al texto, es decir, solo se encuentra en las imágenes y no en el texto escrito.