

Familias :

Las Clases de Comida Familiar de Pilot Light están diseñadas para llevar la educación alimentaria a tu hogar. Recomendamos usar los Recursos Familiares de la siguiente forma:

1. Ver el video de Comida Familiar para la clase familiar.
2. Hacer la receta en familia
3. En la sección “Conexiones Common Core”, los niños pueden aprender de y sobre los alimentos a la vez que fortalecen sus habilidades de “Common Core English Language Arts o Maths”
4. ¡Se proporcionan preguntas para Debatir en Familia y Actividades de Extensión para que los estudiantes de todas las edades tengan oportunidad de participar en esta experiencia de aprendizaje!



Clase de Comida Familiar Pilot Light

Tortillas de Harina

+ Grado 1-4 Common Core Math - Operations and Algebraic Thinking
(Operaciones y Pensamiento Algebraico)

Edad Recomendada: 6-13 años

Receta:**Tortillas de harina (24 tortillas grandes o 32 pequeñas)**

- 4 tazas de harina de todo uso
- 1 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de levadura en polvo
- 2 cucharada de mantequilla sin sal
- 1 ½ taza de agua

Preparación:

1. Bate la harina, la sal y la levadura en polvo en un bowl para mezclar.
2. Mezcla la mantequilla sin sal con los dedos hasta que la harina se parezca a la harina de maíz.
3. Añade el agua y mezcla hasta que la masa se una; colócala sobre una superficie enharinada y amasa unos minutos hasta que la masa quede suave y elástica. Sigue amasando hasta que la harina se una a la masa. Tarda unos minutos... ¡pero la masa se unirá!
4. Divide la masa en 24 partes iguales (para tortillas grandes) o 32 partes iguales (para tortillas pequeñas) Enrolla cada pieza en una bola.
5. Precalienta una sartén grande a fuego medio-alto.
6. Usa un rodillo bien enharinado para enrollar la bola de masa en una tortilla fina y

- redonda. ¡Asegúrate de enrollar la masa lo más finamente que puedas!
7. Coloca la tortilla en la sartén caliente y cocina hasta que esté dorada y se formen burbujas; volteala y sigue cocinando hasta que esté dorado por el otro lado.
 8. Coloca la tortilla ya cocinada en un calentador de tortillas (si tienes uno) y continúa enrollando y cocinando la masa que falta.

Materiales:

- Espacio en la encimera/mostrador
- Bowl para mezclar
- 1 taza medidora y una cuchara medidora
- Rodillo para amasar
- Sartén o plancha de cocina
- Calentador de tortillas u olla de cerámica (opcional)

Recomendaciones para rellenar: ¡ siéntete libre de ser creativo y haz tuya la receta! *feel free to get creative and make this your own!*

- Queso (para hacer una quesadilla)
- Proteína (carne de pollo, carne asada, carne de cerdo, pescado, huevos, etc.--elige tu favorito para hacer tacos)
- Azúcar de canela y mantequilla (para hacer un dulce)

Conexiones Common Core:

Grados 1-4

Matemáticas - Operaciones y Pensamiento Algebraico- ¿Qué significa esto?

Dentro de Common Core, de 1º a 4º grado, Operaciones y Pensamiento Algebraico cubre las operaciones básicas de suma, resta, multiplicación y división. Common Core Mathematics invita a los estudiantes a que piensen más críticamente sobre operaciones matemáticas - por ejemplo, no solo se les pregunta a los estudiantes cuánto es 4 por 3, sino que también se les pedirá que expliquen por qué 4 por 3 es 12.

¿Cómo será esto?

A continuación, encontrarás problemas matemáticos y escenarios por grado que los estudiantes pueden trabajar. Dependiendo del nivel de competencias de tu hijo es posible que desees que se ajuste a un nivel más bajo si el actual es demasiado complicado o, por el contrario, que desees un nivel más alto para crear un desafío adicional. También puedes optar por que tu hijo comience con la actividad de primer grado y avance hasta el cuarto grado. Para practicar más, puedes cambiar los números en cada problema y hacer que el estudiante resuelva el nuevo problema usando números diferentes.

Materiales necesarios:

- Lápiz
- Papel
- Piezas para contar (i.e. frijoles, centavos, botones) o gráficas del 1 al 100 (“hundred charts”) si es necesario.

Instrucciones:

Piensa sobre una celebración próxima (podría ser un cumpleaños, unas vacaciones, un logro especial) e imagina que estás planeando una fiesta para celebrarla. Tu familia y tú haréis tortillas caseras para la fiesta. Responde las siguientes preguntas. ¡Asegúrate de mostrar tu trabajo!

Grado 1:

1.OA.A: Representar y resolver problemas que envuelvan sumas y restas.

1.OA.B: Entender y aplica las propiedades de las operaciones y las relaciones entre la suma y la resta.

Usando contadores o una gráfica del 1 al 100, papel y lápiz, resuelve el siguiente problema: Has preguntado a los miembros de tu familia cuánto s tacos les gustaría comer. Ashley quiere 3 tacos, Tom quiere 5 tacos, Jon quiere 2 tacos y María quiere 2 tacos. Tú quieres 4 tacos.

1. ¿Cuántos tacos les gustaría comer a Jon y a Tom en total? Muestra cómo lo has averiguado.

_____ tacos

1. ¿Cuántos tacos les gustaría comer a todos en total? Muestra cómo lo has averiguado.

_____ tacos

2. Si son invitadas 15 personas a la fiesta pero solo pueden venir 5, ¿cuántas personas no pueden ir a la fiesta? Muestra cómo lo has averiguado.

_____ personas no
pueden venir a la
fiesta.

Grado 2:

2.OA.A: Representar y resolver problemas que envuelvan la suma y la resta.

2.OA.B: Sumar y restar con números hasta el 20.

1. El supermercado en el que compras los ingredientes para la tortilla está a 25 millas de tu casa. Si has viajado 12 millas hasta ahora, ¿cuántas millas más tienes que recorrer hasta llegar al supermercado? Muestra cómo sabes que tu respuesta es correcta.

_____ miles

2. En el supermercado, gastas \$50. De vuelta a casa, paras y compras paquetes de globos por \$16. ¿Cuánto dinero gastaste en total por los alimentos del supermercado y por los globos? Muestra cómo sabes que tu respuesta es correcta.

\$ _____

3. Inflas 21 globos para la fiesta. Hay 60 globos en total en los paquetes que compraste. ¿Cuántos globos no inflaste?

_____ balloons

Grado 3:

3.OA.A: Representar y resolver problemas que envuelvan la multiplicación y la división.

3.OA.B: Entender las propiedades de la multiplicación y la relación entre la multiplicación y la división.

3.OA.C: Multiplicar y dividir con números hasta el 100.

3.OA.D: Resolver problemas que envuelvan las cuatro operaciones e identifica y explica patrones en la aritmética.

Estás preparando sillas para que la gente vea una película cuando comáis las tortillas y los tacos. Puedes poner 12-15 sillas en diferentes conjuntos.

En cada cuadro de abajo, hay una descripción sobre un conjunto de sillas.

1. En cada uno de los cuadros, dibuja un conjunto que encaje con la descripción.
2. Luego, escribe una ecuación de multiplicación que encaje con el conjunto que dibujaste.
3. Finalmente, escribe una ecuación de división que encaje con el conjunto.

3 by 4	5 by 3
12 by 1	6 by 2
7 by 2	1 by 15

Grado 4:

4.OA.A: Usa las cuatro operaciones con números enteros para resolver problemas.

Tortillas para todos:

1. Decides que harás unos pocos lotes de tortillas extra para repartirlos por el vecindario. Harás tres tipos diferentes de platos de tortillas: quesadillas de queso, tacos de pollo y tacos de carne asada.

Plato de Tortilla	Cantidad en Un Lote	Cantidad en Seis Lotes
Quesadilla de queso	15	
Tacos de pollo	7	
Tacos de carne asada	5	

Harás 6 lotes de cada para tus vecinos. ¿Cuántos de cada tipo necesitarás hacer? Completa la tabla.

2. Cada familia/casa en el vecindario podrá elegir 6 platos individuales. Si cada familia elige 6 y no sobra ninguno, ¿a cuántas familias les habrás dado tus platos de tortilla? Muestra cómo conseguiste tu respuesta escribiendo una ecuación o dibujando una imagen.

Preguntas para Debatir en Familia :

Las familias/los niños pueden debatir o escribir sobre:

- ¿De qué otros tipos de pan has oído hablar o has probado?
- ¿Qué ingredientes comunes piensas que tienen todos los panes?
- ¿Cuál es tu tipo de pan favorito? ¿Por qué?
- ¿Cuál es tu comida favorita para comer con tortillas?

Actividades de Extensión:

Aquí tienes algunas recomendaciones para hacer actividades relacionadas con esta receta:

- Investiga la historia de las tortillas
- Lee [The First Tortilla](#), de Rudulfo Anaya, y discute la diferencia entre tortillas de harina y tortillas de maíz.
- Desarrolla un relleno creativo para tu tortilla, basándote en los ingredientes que tengas a mano.

Esta Clase Familiar fue escrita por Judith Martin, miembro de Pilot Light Food Education y por Personal de Pilot Light.