

**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

**Granola**

+ Grados K-12 Common Core English Language Arts -  
Writing - Text Types and Purposes - Opinion Pieces & Arguments

**Edad Recomendada para la Receta: A partir de 6 años con la ayuda de un adulto**

**Receta de Jordan Rawlings:****Granola****Ingredientes:**

- ½ taza de aceite como aceite de canola, aceite de oliva o aceite de coco (derretido)
- ½ taza de edulcorante líquido como jarabe de arce, miel o agave
- 3 tazas de copos de avena
- 3 tazas de nueces y semillas como almendras, nueces pacanas, pipas de girasol o coco sin azúcar
- Una pizca de sal
- 1 taza de fruta seca o pepitas de chocolate

**Preparación:**

Precalienta el horno a 300 F. Forra con papel pergamino una bandeja para hornear con bordes o engrásala con abundante aceite.

En un tazón grande, mezcla todos los ingredientes excepto la fruta seca y el chocolate y remueve hasta que todos los ingredientes se distribuyan bien y queden bien cubiertos de aceite y sirope. Extiende la mezcla en una capa uniforme en la bandeja para hornear y

hornea durante 20-30 minutos removiendo cada 10 minutos hasta que la granola adquiera un tono dorado, olor tostado y aspecto seco. Déjala enfriar unos 5 minutos antes de añadir la fruta seca o el chocolate. Si te gusta la granola menos grumosa, remuévela a menudo en el horno. Si te gusta la granola más compacta, añade fruta después de sacarla del horno y aplasta la granola con un vaso antes de dejar que se enfríe completamente. La granola se puede mantener hasta un mes a temperatura ambiente en un recipiente hermético.

### Conexiones Common Core:

#### Grados K-12

#### English Language Arts - Writing -Text Types and Purposes - Opinion Pieces & Arguments

Kindergarten: Dibujar, dictar y escribir para redactar artículos de opinión en los que se cuente al lector el tema del que se escribe y en los que se dé una opinión o preferencia sobre el tema (por ejemplo: mi granola favorita tiene ...).

Grado 3: Escribir artículos de opinión sobre algún tema o texto, incluyendo una opinión justificada.

Grado 6: Escribir argumentos para respaldar afirmaciones con razones claras y evidencia relevante.

Grado 11-12: Escribir argumentos para respaldar afirmaciones en un estudio sobre temas o textos destacados, utilizando razonamientos válidos y evidencia relevante.

#### ¿Qué significa esto?

Los “Common Core” desde “Kindergarten” hasta el 12º grado piden a los estudiantes que desarrollen opiniones o argumentos (en los grados superiores) y que los apoyen con evidencias. Esta habilidad va alcanzando mayor dificultad año tras año. Por ejemplo, en este proyecto, un estudiante de primer grado puede escribir una o dos frases que expresen su opinión mientras que un estudiante de high school puede escribir una redacción de varios párrafos/páginas incluyendo un análisis y detalles de apoyo.

En esta lección, tú (el estudiante) escribirás un artículo de opinión o un texto argumentativo sobre la granola.

Algunos apuntes útiles para redactar este texto pueden ser:

- ¿Cuáles son los mejores ingredientes que puedes añadir a la granola? ¿Por qué?
- ¿La granola es sana? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Cuáles son los snacks más saludables?
- ¿Cuáles son los alimentos más sanos para desayunar?
- Escribe una redacción convenciendo a tus familiares o amigos de que hagan granola y explica por qué (incluye los ingredientes que se deben usar)
- ¿Cómo afecta la publicidad a las elecciones que hacemos y de qué se valen los publicistas para influir en estas elecciones? Si no has visto ningún anuncio de granola, busca anuncios online. ¿Cómo aparece la granola anunciada? ¿Qué opinas

sobre cómo se anuncia la granola?

- Diseña un anuncio para la granola que hiciste.
  - Crea un nombre y un diseño para tu paquete para tu granola.
  - Luego, diseña y crea una campaña publicitaria para tu producto.

**¿A qué se parecerá esto?**

**Materiales necesarios:**

- Bolígrafos
- Papel (u ordenador)
- Herramientas de investigación (un ordenador, libros, amigos o familiares)

**Instrucciones:**

1. Comienza haciendo lluvia de ideas y escribiendo tu opinión/argumentos y las posibles razones y evidencia que respalden tu opinión.
2. Comienza tu primer borrador.
3. Lee tu borrador en voz alta y haz los cambios que veas necesarios. También puedes entregar tu borrador a un amigo o familiar para recibir su feedback.
4. Escribe tu borrador final. Comparte tu redacción con tus familiares o amigos. Si quieres, puedes crear una ilustración acorde a tu texto.

Los estudiantes del grado K-1 escribirán una o dos frases en que expresen su opinión, así como un breve razonamiento que respalde dicha opinión. También es posible hacerlo oral si se prefiere.

Para cumplir las expectativas de este estándar, a partir de 2º grado tu artículo de opinión debe incluir lo siguiente:

- Presenta el tema o el texto sobre el que vas a escribir, expresa una opinión y estructura el texto de forma que se enumeren los argumentos que justifican esta opinión.
- Proporciona argumentos que apoyen la opinión presentada.
- Utiliza palabras y frases de transición/conectoras (por ejemplo: porque, por tanto, por ejemplo) para conectar opiniones y argumentos.
- Presenta una conclusión o declaración final.

A partir de 6º grado:

- Introduce afirmaciones, distingue las afirmaciones de las ideas contrarias y organiza el texto de forma que se establezca una clara relación entre las afirmaciones, las ideas contrarias, los argumentos y las evidencias.
- Desarrolla las afirmaciones y las afirmaciones contrarias de forma justa, aportando evidencia para cada punto de vista y señalando los puntos fuertes y débiles de cada uno.
- Utiliza palabras, frases y oraciones para vincular las partes principales del texto, crear cohesión en el texto y aclarar las relaciones entre las afirmaciones y los

argumentos, entre los argumentos y la evidencia y entre las afirmaciones y las afirmaciones contrarias.

- Establece y mantén un estilo formal y un tono objetivo, atendiendo a la normativa que sujeta la disciplina del tema a tratar.
- Incluye una conclusión o declaración final que apoye el argumento presentado.

### **Preguntas para Debatir en Familia:**

**Los familias/los niños pueden debatir o escribir sobre:**

- ¿Qué añadirías o quitarías para hacer que la granola sea más sabrosa?
- Describe el sabor y textura de cada ingrediente.
- ¿Cuál es el mejor momento del día para comer granola?

### **Actividades de Extensión:**

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

- Prepara la granola y empaquétala para compartirla con tus amigos, familiares o vecinos. También puedes proporcionarles información sobre su contenido y una explicación acerca de la elección de cada ingrediente.
- Compra una bolsa de granola en el supermercado y compárala con la granola casera. ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre ellas? ¿Cuál prefieres? Haz una prueba de degustación con tu familia o amigos, realiza una encuesta y muestra los resultados gráficamente.

*Esta original Clase Familiar fue escrita por personal de Pilot Light y se inspira en la clase de Pilot Light [Granola](#).*