

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA Sabatino y Nocturna		Versión 01	Página 1 de 3

IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: Jimena González Orozco Isabel Cristina Ortiz Tamayo		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Técnico Científico	
CLEI: 3	GRUPOS: 301 – 302 – 303 – 304 – 305 - 306 – 307 - 308	PERIODO: 3	CLASES: SEMANA 28
NÚMERO DE SESIONES:	FECHA DE INICIO:	FECHA DE FINALIZACIÓN:	
1	05/Septiembre/2020	11/Septiembre/2020	

PROPÓSITO

El estudiante al finalizar la guía desarrollará habilidades investigativas y experimentales, para una mejor comprensión de los fenómenos naturales vinculados a las ciencias, la tecnología y la sociedad, para la adquisición de auto conocimiento y avance en su proceso de aprendizaje.

INTRODUCCIÓN



Tal vez uno de los fenómenos más relevantes del mundo contemporáneo es el inusitado valor que ha adquirido el saber, como condición indispensable para el desarrollo de los pueblos. Según Toffler, vivimos en una sociedad del conocimiento, caracterizada porque la base de la producción son los datos, las imágenes, los símbolos, la ideología, los valores, la cultura, la ciencia y la tecnología. El bien máspreciado no es la infraestructura, las máquinas y los equipos, sino las capacidades de los individuos para adquirir, crear, distribuir y aplicar creativa, responsable y críticamente (con sabiduría) los conocimientos, en un contexto donde el veloz ritmo de la innovación científica y tecnológica los hace rápidamente obsoletos.

Los talleres con sus actividades desarrolladas deberán ser enviados a los correos:

- jimenagonzalez@iehectorabadgomez.edu.co (304 - 305 – 306 – 307 – 308)
- isabelortiz@iehectorabadgomez.edu.co (301 - 302 – 303)

RECUERDA: ¡CUIDARNOS, ES UN COMPROMISO DE TODOS!

ACTIVIDAD 1 (CONCEPTUALIZACIÓN)

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA Sabatino y Nocturna		Versión 01	Página 2 de 3

HARINA DE YUCA

La Yuca tiene diferentes nombres como mandioca, tapioca o casava. Es Tubérculo rico en almidón libre de gluten. Muy usado como bastimento o guarnición en la mesa colombiana, se puede acompañar con pescado, carne o cualquier otra proteína. La yuca es tan transformable que de ella se puede preparar bollos, empanadas, arepas, buñuelos, enyucados, chicha, tortas fritas o asadas etc.

VALOR NUTRICIONAL (POR CADA 100 GRAMOS):

Calorías: 159 kcal Grasas: 0,3 g Proteínas: 1,4 g Hidratos de carbono: 38 g

Calcio: 16 mg Hierro: 0,3 mg Magnesio: 21 mg Potasio: 271 mg

PROPIEDADES: La yuca es un alimento energético, aunque su contenido en proteínas es limitado. Asimismo, también es mínimo el aporte en grasas por lo que puede ser consumido por personas con problemas de sobrepeso. Además, al igual que ocurre con la papa y el plátano, genera sensación de saciedad, por lo que comemos menos cantidad. El contenido en calcio de la yuca, unido al aporte de vitamina K, ayuda a mantener sanos los huesos y previene la presencia de osteoporosis. Asimismo, la vitamina B6 favorece el cuidado de la piel y el pelo. También contiene hierro, que ayuda a prevenir la presencia de anemia, aunque se trata de un contenido escaso. El contenido en fibra ayuda a combatir el estreñimiento y regula el tránsito intestinal.

ACTIVIDAD 2: ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO Y APLICACIÓN DE LA TEMÁTICA.

¿CÓMO EXTRAER HARINA DE YUCA?

INGREDIENTES: Yucas al gusto, Cuchillo, Bandeja o plato, Colador, Molino, ablandador de carnes, o piedra, Recipiente o bolsa para envasar

PROCEDIMIENTO

1. Pelar y lavar la yuca
2. Partir la yuca a la mitad y sacar las venas
3. Con un cuchillo cortar la yuca en tajadas o láminas muy delgadas
4. Extender o exponer la yuca al sol sobre una lámina, bandeja o plato para que seque totalmente, por espacio de 1 o 2 días. También puedes ponerla a tostar o secar en un horno o en una olla a fuego lento.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA Sabatino y Nocturna		Versión 01	Página 3 de 3

5. Moler con un molino o machacar con un objeto (piedra o ablandador de carne) lo más menudito posible y pasar por el cedazo (un colador) para retirar alguna impureza o trozos grandes de yuca que le hayan quedado.
6. Si no tienes yuca puedes hacer este mismo procedimiento utilizando (Papas, plátanos o bananos verdes)

ACTIVIDAD 3: ACTIVIDAD EVALUATIVA.

1. ¿Qué tipo de alteraciones puede sufrir la harina durante el proceso de fabricación y por qué?
2. ¿Para la elaboración de pan qué elementos básicos se emplean?
3. ¿Realiza un listado de posibles productos derivados de la harina que se pueden elaborar, de ahí elige una de ellos y pasa a su fabricación, teniendo en cuenta los demás ingredientes que se necesitan a parte de la harina como componente básico y su proceso de preparación?
4. ¿Elabora un listado de beneficios y perjuicios (daños) que generan este tipo de alimento al cuerpo humano?
5. Diseñar el empaque y la etiqueta donde va empacar y dar presentación al producto, debes tener en cuenta que en la etiqueta debe aparecer el nombre propio de la marca, los ingredientes y la tabla nutricional, para que los posibles consumidores conozcan los componentes y propiedad alimenticias del producto
6. De forma creativa realiza una campaña publicitaria para impulsar el producto, puede ser un corto comercial, volante publicitario, afiche comercial entre otros, tenga en cuenta que debe lograr con ella el éxito en ventas y posicionamiento de la marca
7. Práctica la puntualidad en la entrega de sus trabajos y
8. Mejora su asistencia y responsabilidad en la virtualidad.
9. Si puedes participar en el mural “Creando empresas caseras” con el siguiente link:
<https://padlet.com/jimenagonzalez1/dvg22kq3zgufr87u> publicando allí su trabajo.

FUENTES DE CONSULTA:

ETC. (2020). Harina de Yuca Casera. Recuperado de <http://www.eltoquecolombiano.com/2017/06/harina-de-yuca-casera.html>

González, J. (2020). Núcleo Técnico Científico. Recuperado de <https://www-tecnocientifico.blogspot.com/>

Pinterest. (S.F). Almidón de yuca. (Cómo hacer harina de yuca) fácil paso a paso. Recuperado de <https://www.pinterest.es/pin/348536458659709603/>