

Jardines en feria

Título: “El mundo de las naranjas”

Área temática: Indagación del Ambiente Natural, Social y Tecnológico

Expositores: Sala de 3, 4 y 5 años.

Turno: Mañana

Modalidad: Nivel inicial.

Cantidad de alumnos: 15

Docente a cargo: Vitian Marcela Daniela.

Escuela: Gobernador Alejandro Heredia

Resumen

Este trabajo de investigación surge a partir de una pregunta en el horario del desayuno, por parte de uno de los niños de la sala. Observando al compañero que llevo para comer “Una naranja”.

Al ver la situación pregunta:

Seño ¿Por qué mateo traje una naranja y no una galleta para comer?

¡Las galletas son más ricas y mejores!

En referencia a la pregunta disparadora surge el siguiente proyecto que busca brindar el conocimiento y explorar el mundo de las naranjas.

Situación problemática:

- Desconocimiento de la naranja como un alimento de alto nivel nutricional.

Hipótesis:

- La naranja es un alimento

OBJETIVOS:

- Conocer las características básicas de la naranja.
- Desarrollar un pensamiento científico mediante el empleo de la manipulación y la experimentación directa.
- Reconocer color, textura, forma, sabor, utilidad y beneficios.
- Disfrutar de producciones propias y de los demás.
- Conocer los procesos de elaboración de la mermelada.

Contenidos:

- La naranja: Características y usos.
- Beneficios e importancia.
- Elaboración de mermelada Casera.

MARCO TEORICO

LAS NARANJAS

La naranja es un fruto redondo, color naranja, consumido mayoritariamente en invierno. La pulpa del interior es también anaranjada y está formada por pequeñas bolsitas llenas de zumo.

La naranja se usa para consumo en fresco y, para la industria, principalmente en zumo.

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Las naranjas frescas son bajas en calorías y fuente de fibra, potasio, vitamina C y folato. Ayudan a prevenir el cáncer y las enfermedades cardiovasculares.

EL FRUTO

La naranja, junto con el plátano y la manzana, es uno de los frutos más consumidos en el mundo.

La naranja es un cítrico y su forma suele ser redonda u oval y su piel y carne es generalmente naranja, excepto en las variedades de pulpa roja.

La parte comestible de la naranja es la pulpa y se consume fresca.

La naranja también se utiliza para realizar compotas, mermeladas, para consumo como fruta deshidratada, etc.

De la naranja también se extraen los aceites esenciales muy utilizados en perfumería y cosmética.

Existen una gran cantidad de variedades que se diferencian por la forma, el tamaño, el color de la pulpa: naranja o rojo, por el sabor dado que hay naranjas más dulces o más ácidas, por la época de maduración, y por la existencia o no de semillas.

La época de recolección va desde principios de octubre hasta mediados de junio en función de las variedades. La maduración interna y externa de las naranjas se rige por mecanismos diferentes por lo que muchas veces un fruto que alcanza la maduración para ser comercializado, todavía su color no es el apto para entrar en el mercado por lo que a estos frutos se les someterá a un proceso de desertización provocando la coloración del fruto. Para ello se recolectarán los frutos en verde y se tratarán con etileno en cámaras especiales.

La conservación de las naranjas en cámaras frigoríficas a una temperatura ligeramente superior a su punto de congelación, prolonga el periodo de buenas condiciones organolépticas del fruto y reduce el ataque de hongos.

LA PLANTA:

Las naranjas crecen en árboles de porte pequeño y hoja perenne. Es un árbol muy sensible a las bajas temperaturas, requiere mucha luz y agua para la maduración de los frutos. Sus flores son blancas y muy aromáticas.

El naranjo, tanto dulce como amargo, es de la familia de las Rutáceas, género Citrus, especie Citrus sinensis.

En plantaciones comerciales, los árboles son de porte reducido y tienen un solo tronco con tres ramificaciones principales que salen de una altura entre 50 y 80cm.

Las hojas son de limbo grande, alas pequeñas y espinas no muy acusadas. En el mes de marzo del Hemisferio Norte y coincidiendo con el incremento de las temperaturas comienza la brotación y la floración. Las flores, también llamadas 'azahar' son ampliamente conocidas por su agradable aroma y se presentan solas o agrupadas con o sin hojas. Los brotes con hojas denominados campaneros son los que mejores frutos dan.

El fruto del naranjo es una baya denominada hesperidio y se forma por crecimiento del ovario de la flor. El interior del fruto está dividido en aproximadamente diez pequeños huecos unidos entre sí y en cuyo interior crecen las semillas y los sacos de zumo.

La naranja es una especie subtropical por lo que no tolera las heladas, y cuando estas se producen quedan dañados tanto las flores y los frutos, como la vegetación. Por debajo de los 3-5°C bajo cero, la planta muere.

Es un árbol que requiere importantes cantidades de agua y cuando no las proporcionan las precipitaciones, los riegos se hacen necesarios. Necesita luz para los procesos de floración fructificación, que se producen principalmente en la parte exterior de la copa y faldas del árbol. Es un árbol muy sensible al viento y a la salinidad, con preferencia por suelos arenosos o franco-arenosos, profundos y sin caliza.

En invierno, tiempo de naranjas. Tomarlas como fruta o en zumo constituye una de las mejores opciones para colmarse de energía y blindarse ante las infecciones, puesto que, por sus propiedades nutricionales, es un alimento con múltiples beneficios para el sistema inmunitario.

Pero además ofrecen una enorme variedad de posibilidades para experimentar en la cocina. La singularidad de este cítrico tan presente en nuestra vida diaria es tal que incluso define uno de los colores del arco iris, el naranja.

Las propiedades de este jugoso regalo del invierno tienen mucho que ver con su vitamina C: proporciona toda la vitamina C que se necesita al día. Este nutriente es esencial para la resistencia a las infecciones (no en vano el zumo de naranja es el recurso natural más utilizado para prevenir resfriados y gripes); aumenta la absorción del hierro, el calcio y el fósforo y posee propiedades antioxidantes.

Pero la vitamina C no es el único componente interesante. La fibra confiere a la naranja propiedades digestivas y los flavonoides colaboran con las vitaminas en el refuerzo del sistema inmunitario.

Las naranjas son también ricas en tiamina y ácido fólico, dos vitaminas del grupo B esenciales para la salud del sistema nervioso. Las naranjas sanguíneas, de color rojo, se caracterizan además por su riqueza en betacaroteno.

VARIEDADES DE NARANJAS.

Dentro del naranjo dulce se conocen numerosas variedades, englobadas en tres grupos básicos: las naranjas sanguíneas o rojas, las blancas y las dulces tipo navel, con una protuberancia en forma de ombligo en un extremo (navel significa «ombligo» en inglés).

Naranjas Navel: Son sabrosas y no contienen semillas, pero no resultan muy adecuadas para zumo, pues no contienen mucho jugo y se suelen amargar rápidamente. En cambio, su gruesa corteza es excelente para confitar.

Valencia Late o tardía: Es acaso la más consumida en el mundo. Da mucho zumo, con un sabor sutilmente ácido. Es una naranja algo alargada, de corteza fina, con o sin pepitas en la pulpa, y que madura a finales de primavera.

Naranja Salustiana: Del grupo de las blancas, es una naranja de gran tamaño y sabor dulce, con más carotenos, que apenas contiene semillas. Se recolecta de noviembre a

marzo y se suele emplear para la obtención de zumo, aunque también resulta muy apropiada para ensaladas en forma de gajos sueltos.

Naranja Sanguina: De piel fina y lisa, resulta muy jugosa. Se distingue claramente por estar teñida de un precioso rojo granate, muy adecuado para resaltar postres. Es ideal para zumos y muy antioxidante. Hoy no se encuentra fácilmente, pues sólo se cultiva en el Mediterráneo y necesita condiciones especiales, como bajas temperaturas nocturnas.

Sevillana: Es la variedad más importante entre las naranjas amargas. De tamaño medio, ligeramente achatada por los extremos y con una piel gruesa y rugosa. Su sabor amargo la hace inapropiada para tomarla cruda pero es ideal para preparar mermeladas y ciertas salsas agridulces o para aromatizar licores.

REGISTRO PEDAGOGICO:

En este registro se fueron transcribiendo textualmente las respuestas obtenidas por los niños ante las preguntas de la docente.

Antes de la información.

¿Qué es?

- Mateo: Es una Naranja.
- Zarahí: Es una fruta.

¿Cómo es?

- Thiago: Pequeña.
- Ariadna: Redonda.
- Salvador: Circular.

¿Dónde crece?

- Valentino: En el árbol.

¿A dónde la podemos ver?

- Sofía: En el kiosco
- Thiago: en el verdulería.

- Mateo: en el negocio.

¿De qué color es?

- Todos: Naranja.

Junto a los niños, después de conocer sus ideas previas, se mostró un video donde se observó con mucha atención el mundo de las naranjas.

Miramos diferentes imágenes

Después de la información

¿Por qué es importante?

- Zarahí: Nos da vitaminas. Nos ayuda a no enfermarnos, estar fuertes y tener energía.
- Mateo: Para crecer sanos y fuertes.
- Sofía: podemos utilizar para muchas comidas.

Todas y cada unas de las actividades fueron pensadas y planteadas de manera que sean significativas para los niños.

Con este proyecto, buscamos lograr que los niños tengan curiosidad, se cuestionen, observen, experimenten, comparen, describan y puedan ver los resultados obtenidos.

A medida que fueron planteándose cada actividad los niños participaban con mucho entusiasmo e interés.

Desde escuchar cuentos, ver videos, canciones, hasta elaborar una mermelada de naranja.

Todas estas experiencias fueron fortalecedoras y enriquecidas con cada aporte de los niños y padres.

Siempre trabajando con mucho esfuerzo y entusiasmo para seguir aprendiendo.

Actividades llevada a cabo:

- Indagación de ideas previas sobre esta fruta.
- Lluvia de preguntas acerca de la misma:
Tales como:
¿Qué es? ¿Cómo es? ¿Dónde crecer? ¿A dónde la podemos ver?
Todas las respuestas son anotadas por la docente.
- Observamos diferentes láminas e imágenes.
- Analizamos la naranja caracterizándola: Forma, color, sabor, textura, etc.
- ¿Sabes cómo soy? A través de la manipulación experimentamos.
- Observamos videos que muestran el mundo de las naranjas.
- Trabajamos en la hoja: Dibujos, sellados, decoración.
- ¿Cómo me comerías? A través de esta pregunta disparadora, charlamos junto a los niños.
- Hablamos sobre sus beneficios e importancia,
- Realizamos un mural informativo.
- Escuchamos cuentos y canciones.
- Conocemos los pasos de elaboración de la mermelada de naranja,
- Dibujamos los pasos.
- Elaboramos junto a la seño la mermelada.

La familia colaboró con recetas acerca de comidas y postres que se pueden hacer con naranjas.

Metodología de investigación:

La estrategia metodológica que utilizamos en este proyecto, se centró en el método científico, como ser:

- La observación directa de la naranja.
- Preguntas acerca de la misma.
- Hipótesis
- La experimentación directa.
- Por último análisis y conclusión.

Recursos:

Utilizamos diversos materiales para llevar a cabo este proyecto:

Videos, láminas, imágenes, naranjas, cuentos, canciones, hojas, témpera, crayones, lápices, cuchillo, exprimidor.

Conclusión:

Con el presente proyecto se dio conocer el gran valor nutricional y los beneficios de la naranja.

Resultó un tema de gran interés y curiosidad para los niños, ya que participaron con mucho entusiasmo ante todas las propuestas de la docente.

Bibliografía:

- Diseño curricular para jardines de infantes, sala de 3, 4 y 5 años. Jurisdicción Tucumán.
- NAP
- Revista maestra jardinera.
- Geo enciclopedia.
- <https://www.youtube.com/watch?v=1NqXJoN8qvs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5qjEkOHX1g8>

ENLACE DE VIDEO REALIZADO POR LOS NIÑOS

<https://youtu.be/4wdYuKrb2Dc>