

Un buen rato con cada plato

Autor: Rafael Ordoñez



Piense en voz alta.

Si tuviera que escoger entre el desayuno, el almuerzo, la merienda o la cena, ¿cuál sería su tiempo de comida favorito? ¿Por qué?

Son redondas y cuadradas,
y, a veces, hasta alargadas.
O tienen formas curiosas,
y alguna es muy graciosa:
De dinosaurio o de pez.
¿Te lo repito otra vez?

También pueden ser rellenas,
dicen que así están más buenas.
De chocolate o limón,
de **nata**¹ o de **turrón**.²

Dulces son la mayoría,
pregúntaselo a tu tía.
Aunque algunas tienen sal,
saben fenomenal.

Nunca cojas una sola,
cuatro o cinco es lo que **mola**.³
Si las comes sin cuidado,
caen migas por todos lados.

Al morderlas son crujientes,
hacen ruido entre los dientes.
Si en la leche tú las mojas,
tiemblan y se quedan flojas.

Hay un monstruo que devora
muchas de estas a la hora.
En un lío no te metas
¿sabes ya? Son las galletas.



¹ **Nata:** Crema, puede ser dulce o ácida como la natilla.

² **Turrón:** Dulce hecho con almendras.

³ **Mola:** Lo mejor.



Piénselo bien - Trabajo autónomo.

I. ¿Qué pistas da la poesía sobre la forma que tiene el alimento al que se refiere?

- Dice que pueden estar rellenas, ser dulces o saladas.
- Extrañas: como de pez o dinosaurio; también normales: cuadradas, alargadas y redondas.
- Menciona que son crujientes.

2. ¿Qué advierte que ocurre si se comen sin cuidado?

- Se mojan con la leche y se deshacen.
- Dejan migas en todos lados.
- Crujen entre los dientes.

3. ¿Cuántas galletas aconseja comer cada vez?

- Una para poderlas compartir.
- Muchas cada hora como el monstruo.
- Cuatro o cinco para quedar bien satisfecho.



Más allá del texto.

Durante la infancia, en edad escolar, se recomienda que los niños y las niñas coman 2000 calorías diarias.

Las galletas, como se preparan con harina, azúcar, aceite y huevos, suelen tener 350 calorías más o menos.

Averigüe cuántas calorías tienen una porción de pizza, una manzana y un vaso de leche.

Esta guía aborda el siguiente contenido curricular procedimental del Programa de Estudio de Español para I ciclo:

Segundo y tercer año escolar:

3.1. Análisis de la lectura de textos literarios: • Cuentos. • Poemas. • Fábulas. • Leyendas

4.1. Aplicación del vocabulario y conocimiento de nuevas palabras y formas de expresión. Y el actitudinal: gusto por la calidad de textos escritos propios.

Avalado por:



Rafael Ordoñez es español. Ha escrito muchos libros para niños y adolescentes y ganado premios por ellos, Esta poesía es parte del libro que lleva el mismo título y fue publicado por la Editorial Alfaguara. Este texto, con su respectiva guía, se encuentra publicado en la Biblioteca Virtual (https://micuentofantastico.cr/biblioteca_virtual/). Los derechos de autor de este material didáctico quedan reservados por la Asociación Amigos del Aprendizaje (ADA). Se prohíbe su uso comercial, su venta o su uso en sitios web sin el permiso previo y por escrito de ADA.