

Fruta vs Verdura

Descripción: ¿Por qué a algunas frutas se les llaman verduras? En esta lección, los estudiantes explorarán la diferencia entre la definición científica de una fruta y la definición común de una fruta.

Nivel de Grado: K-2

Objetivos:

Los estudiantes van a:

- Diseccionar frutas y verduras de consumo común
- Aprender la definición científica de la fruta
- Explorar cómo las diferentes formas en que cocinamos y comemos frutas y verduras influye en la definición común de una fruta



Tiempo para Completar la Actividad: 1 Hora

Materiales

- Una variedad de frutas, incluyendo algunas que comúnmente se clasifican como verduras. Estas pueden incluir, aunque no se limitan a: manzanas, naranjas, melocotones, tomates, pimientos, aguacates, calabazas, pepinos, judías verdes, guisantes, berenjenas y calabacines.
- Plato o tabla de cortar
- Cuchillo

Información de Contexto

En 1883, el tomate hizo acto de presencia en la Corte Suprema de los Estados Unidos. La Ley Arancelaria de 1883 impuso un impuesto sobre las verduras importadas, incluyendo los tomates, por lo que un importador informado cuestionó que el tomate es botánicamente una fruta y no está sujeto a estos impuestos. Sin embargo, la Corte Suprema dictaminó que, si bien el tomate es botánicamente una fruta, en términos prácticos se consume como parte de la comida como otras verduras y que las frutas se suelen consumir solas o como postre. Por lo tanto, por sentencia del Tribunal Supremo, el tomate es una verdura. Entonces, cuando le pregunten si un tomate es una fruta o una verdura, la respuesta correcta es "¡ambas!"

Esta definición de uso común continúa aplicándose a muchas 'frutas' en nuestra dieta. Tanto las frutas como las verduras están llenas de vitaminas y fibra, pero, en general, la fruta es un bocadillo más dulce, mientras que las verduras se usan para platos salados. Los ejemplos de frutas botánicas que comúnmente se denominan verduras incluyen tomates, pimientos, aguacates, calabazas, pepinos, judías verdes, guisantes, berenjenas y calabacines.

Sentando las Bases

Lea el libro *Una Fruta es una Maleta para Semillas* de Jean Richards. Pregunte a los estudiantes:

- ¿Por qué son tan importantes las semillas? *Porque se convierten en plantas nuevas.*
- ¿Por qué las semillas necesitan poder viajar a lugares nuevos para crecer? *Si todas las semillas de una planta cayeran debajo de la planta madre, estarían compitiendo por el espacio y los recursos y no crecerían bien.*
- ¿Dónde pueden encontrar semillas? *La mayoría de las semillas se encuentran dentro de una fruta. El fruto ayuda a proteger la semilla.*

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.

Corten una fruta común como una manzana (un ejemplo de una fruta con muchas semillas) o un durazno (un ejemplo de una fruta con una semilla grande) y observen las semillas que hay dentro. Basándose en el libro, explique algunas de las formas en que la fruta ayuda a las semillas a viajar (por animales, aire y agua).

Exploración

Explique a los estudiantes que los científicos clasifican la fruta como la parte de la planta que produce las semillas; sin embargo, con frecuencia llamamos verduras a algunas frutas en función de cómo las consumimos. Comparta la historia sobre el caso de la Corte Suprema sobre los tomates de la información de contexto anterior que apoyó la definición común de que una fruta es un ingrediente dulce derivado de una planta que se usa para postres o refrigerios, mientras que una verdura es una parte de la planta que se come en una comida principal.

A continuación, muestre a los alumnos una variedad de frutas, algunas que comúnmente se clasifican como frutas y otras que comúnmente se clasifican como verduras. Algunos ejemplos posibles pueden incluir: manzanas, naranjas, melocotones, tomates, pimientos, aguacates, calabazas, pepinos, judías verdes, guisantes, berenjenas y calabacines. Pida a los estudiantes que emitan su voto sobre si cada producto es una fruta o una verdura y clasifíquenlos en dos categorías.

Una vez que hayan hecho sus predicciones, diseccionen cada producto y busquen las semillas. ¿Algunos de los productos que pensaban que eran verduras en realidad eran frutas? Pida a los estudiantes que hagan una lluvia de ideas sobre las diferencias entre las frutas que llamamos frutas y las frutas que llamamos verduras.

Haciendo Conexiones

Creen un diagrama de Venn con un círculo que represente las frutas y un círculo que represente las verduras y la sección superpuesta que represente las frutas que comúnmente se conocen como verduras. Vayan más allá de las muestras traídas a la clase para hablar sobre frutas y verduras adicionales y sus clasificaciones botánicas y comunes.

Ramificación

Organice una degustación de Frutas versus Verduras. Comparen el color, la forma, el olor y el sabor de las frutas que comúnmente se definen como frutas y las frutas que comúnmente se definen como verduras. La diferencia en dulzura será bastante obvia; sin embargo, pueden ampliar esta lección buscando la información nutricional de los elementos que prueban para determinar el contenido de azúcar (si no tiene muestras disponibles para degustar, también puede basar la comparación en el contenido de azúcar indicado). Para ampliar la lección, también pueden comparar otros datos nutricionales como la fibra y las calorías.

Jueguen un juego de clasificación de las partes de plantas. Traiga frutas y verduras que representen diferentes partes de la planta (o si no hay muestras frescas disponibles, traiga fotografías de diferentes partes de la planta) y pida a los estudiantes que las clasifiquen por parte incluyendo raíces, tallos, hojas, flores, frutas y semillas. Los ejemplos posibles incluyen:

Raíces – zanahorias, batatas

Tallos – espárragos, papa irlandesa (dato curioso: la papa irlandesa es en realidad un tallo de almacenamiento subterráneo)

Hojas – lechuga, col rizada

Flores (capullos florales) – brócoli, coliflor

Fruta – pepinos, pimientos

Semillas – maíz, frijoles secos

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.

Busque recetas que hagan borrosos los límites entre frutas y verduras. Aquí están algunos ejemplos:

- [Budín de chocolate y aguacate](#)
- [Gelatina de pimiento picante](#)
- [Pastel de tomate y especias](#)

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.