

# Nutrients

## **Objetivo**

Una imagen vale más que mil palabras. El juego que os proponemos se llama "Nutrients" y te enseña a conocer las funciones de los nutrientes, y los alimentos que los contienen.

## **Edad a la que va destinada**

A partir de 6 años

## **¿Cómo jugar? (Instrucciones)**

### **Preparación:**

Coloca en el centro de la mesa el tablero de forma que todos los jugadores puedan verlo y acceder a él fácilmente. Baraja el mazo de tarjetas de **Nutrients** y colócalo boca abajo.

### **Ronda de juego:**

Para empezar, roba una tarjeta de Nutrients, y selecciona un nutriente, para que los demás jugadores lo puedan adivinar.

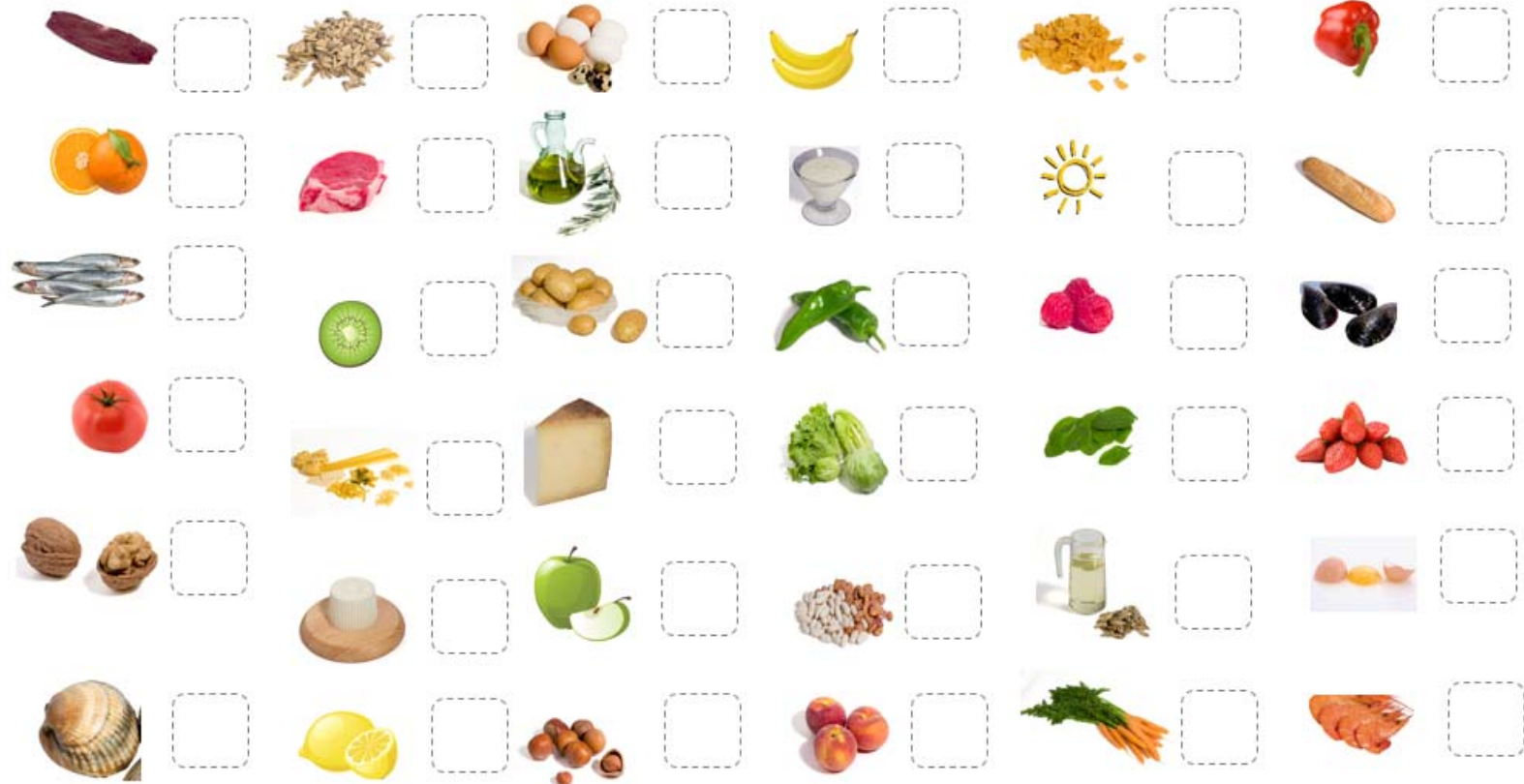
En primer lugar, coloca las fichas en el tablero, sobre las casillas en blanco de los alimentos y de las funciones que representen al nutriente elegido. Para que el resto de jugadores puedan adivinar dicho nutriente.

El primer jugador que encuentre la solución gana y se suma un punto. El jugador que más puntos obtenga será el ganador.

## **Material**

Un tablero, tarjetas y fichas.

# Tablero

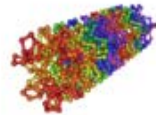




Visión



División celular



Síntesis de colágeno



Antioxidante



Mineralización de estructuras óseas



Salud de la piel



Metabolismo del ácido fólico



Absorción del hierro



Sentido del gusto (apetito)



Reproducción y crecimiento



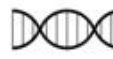
Formación y mantenimiento de los huesos y dientes



Cicatrización



Células nerviosas



Metabolismo de las grasas y de la vitamina E



Sistema inmune



Metabolismo energético



Metabolismo de los aminoácidos y ácidos grasos



Absorción de calcio y fósforo



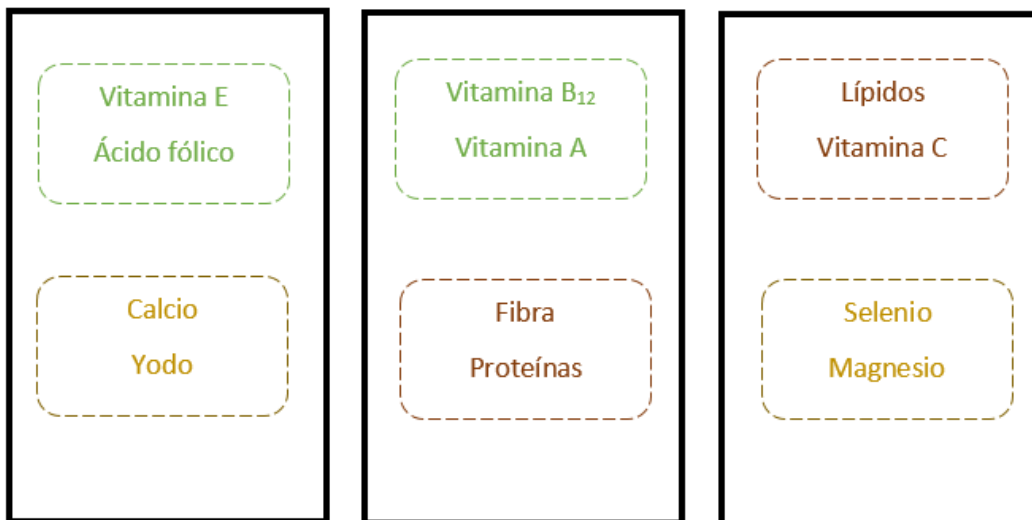
Trasporte de oxígeno



Formación de glóbulos rojos



## Tarjetas NUTRIENTS



## Fichas

